

La recette de Geneviève

Carbonade de bœuf

Recette pour 4 personnes

1 Ingrédients :

1 kg de bœuf (paleron, Jarret) ; 30 g de farine ; 20 g de beurre ; 30 ml d'huile ; 300 g d'oignons ; 200 g de carottes ; 1 gousse d'ail ; 340 ml de bière brune ; 100 ml de bouillon de bœuf ; 1 cuillère à soupe de sucre roux ; 30 ml de vinaigre de cidre ; 1 brin de thym ; 1 brin de laurier ; 3 tranches de pain d'épices ; sel et poivre – facultatif : prévoir 2 tranches fines de pain d'épice par personne pour la présentation dans l'assiette.

2 Opérations :

- Préparer la garniture de légumes :
 - Éplucher et émincer les oignons.
 - Éplucher les carottes et les tailler en grosses rondelles.
 - Éplucher la gousse d'ail, enlever le germe et la hacher.
 - Laver les herbes aromatiques.
- Détailler le bœuf en cubes de 3 cm environ.
- Saler, poivrer et fariner la viande.
- Faire dorer les morceaux de bœuf dans une cocotte avec le beurre et l'huile. Réserver au chaud.
- Faire revenir les oignons, les carottes et l'ail dans la cocotte sans coloration, en remuant.
- Ajouter la viande, la bière, le bouillon, le vinaigre, le sucre, le pain d'épices coupé en petits dés, le thym et Laurier. Remuer délicatement le tout.
- Amener à ébullition, couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant deux heures en remuant régulièrement pour éviter que la sauce n'attache. En fin de cuisson, vérifier et enlever le laurier et le thym.
- Servir la Carbonade dans la cocotte accompagnée de pommes vapeur.

3 Bon à savoir :

- Selon la bière choisie, la sauce sera plus ou moins parfumée. Une bière blonde donnera une sauce légère ; avec une bière brune, le goût sera plus prononcé.
- Prolonger la cuisson si besoin jusqu'à une heure de plus ; piquer pour vérifier.
- Pour la présentation dans l'assiette, déposer les morceaux de viande sur 2 tranches de pain d'épices légèrement grillées.

