

Fiche

Recette

par Bruno Merial

Boeuf des Pyrénées Audoise servi confit sur un parmentier de légumes du Pays de Sault



4 personnes

Ingrédients

Paleron de bœuf 600gr
Vin rouge des Corbières 3l
Oignons jaunes 200gr
Carottes 300gr
Ail 6 gousses
Céleri 1 branche
Huile d'olive 200ml
Maïzena 2 cuil à soupe
Pomme de terre 400gr
Beurre 100gr
Crème fraîche
3 cuil à soupe

Progression de la recette

Détailler la viande en gros cubes, dans un sautoir assez haut faire chauffer l'huile d'olive, ajouter la viande et faire colorer 3 à 4mn en remuant.

Ajouter l'oignons émincé, les carottes coupée en deux, la branche de céleri émincé et les pomme de terre en quartier.

Assaisonner et mouiller avec le vin rouge.

Cuire à couvert 2 heures à feu doux, au bout de 20mn, vérifier la cuisson des pommes de terre et retirer les si elles sont cuites ; renouveler l'opération avec les carottes.

Ecraser séparément pomme de terre et carottes, beurrer et crémer, rectifier assaisonnement et réserver.

Lorsque la viande est bien cuite, la retirer de la sauce et émietter la avec une fourchette.

Ajouter un peu de jus de cuisson pour amener du moelleux à la viande, rectifier assaisonnement et réserver.

Faire réduire la sauce, si besoin faite une petite liaison à la maïzena.

Dresser dans des cercles l'écrasée de carotte, dessus l'écrasée de pomme de terre et en dernier l'effiloche de bœuf confit, déposer au centre d'une assiette avec un cordon de sauce réduite tout autour.

