

# binôme gourmand

## BŒUF BOURGUIGNON



### Ingrédients pour 5 à 6 personnes :

- 1 kg de viande à bourguignon (*paleron, gîte, macreuse, collier ou un mélange. Certains le font avec de la joue de boeuf pour un résultat plus moelleux*)
- 200 g de poitrine fumée
- 2 carottes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1 bouteille de vin rouge (*de préférence Bourgogne ou Beaujolais*)
- 1 verre à liqueur de marc (*j'ai mis du cognac*)
- 50 g de farine
- 1 morceau de sucre (*on pourrait mettre à la place 2 carrés de chocolat noir en fin de cuisson*)
- 3 cuillère à soupe d'huile
- 1 noix de beurre
- 1 grand verre d'eau (*j'y ai ajouté un demi-cube de bouillon de boeuf dégraissé*)
- 1 bouquet garni, sel, poivre

*J'ai ajouté environ 300 g de champignons de Paris frais coupés en lamelles. Vous pouvez aussi ajouter des navets.*

La veille, je fais mariner la viande dans le vin (*vin que je filtre ensuite et que j'utilise ensuite pour la cuisson. Je mets le tout dans le réfrigérateur toute la nuit, ce procédé a pour but dattendrir et de parfumer la viande*) mais cette étape n'est pas obligatoire.

Dans une cocotte, faites fondre le mélange de beurre et d'huile et mettez à dorer la viande coupée en gros cubes, salez et poivrez.

Epluchez les carottes et les oignons, coupez-les en rondelles. Coupez ensuite la poitrine fumée en petits dés et ajoutez ces ingrédients à la viande. Laissez cuire sur feu moyen en tournant de temps en temps à la cuillère en bois.

Quand la préparation a pris couleur, versez 50 g de farine dans la cocotte et remuez bien le tout pendant 2 à 3 minutes, le temps pour la farine de roussir. Mouillez alors avec le vin rouge en grattant le fond du récipient avec la cuillère en bois pour décoller la farine qui accrocherait. *Alors là, je ne procède pas de la même façon. Je prélève un grand verre de vin et j'y ajoute ma farine, je mélange bien pour que ce soit bien homogène. Je mouille alors ma viande avec le reste du vin et j'ajoute mon verre farine/vin.*

Aromatisez d'un petit verre de marc (*cognac pour moi*), du bouquet garni, de deux gousses d'ail pilées. Salez au besoin et poivrez, ajoutez un morceau de sucre.

Allongez la sauce d'un grand verre d'eau (*j'y ai ajouté un demi-cube de bouillon de boeuf dégraissé*) et laissez cuire à couvert pendant 2h30 à feu doux et 30 mn à découvert pour réduire un peu la sauce. (*J'ai laissé à couvert pendant 3 heures*).

*Si la viande n'est pas assez moelleuse, laissez la cuire encore un peu plus à feu doux.*

*Servez avec des pommes de terre, des pâtes ou du riz.*