



Mon boeuf bourguignon (el ham bel b'sel wa tomatich)

Ingrédients :

- 1 kg de viande de boeuf (style bourguignon) ou boulettes de viande hachée
- 500 g d'oignons
- 1 kg de tomates
- 1 cas de ~~smen ou margarine~~—j'ai mis de l'huile d'olive
- 2 cas de tomate concentrée
- 1 pincée de poivre noir
- 1 cac de sel
- 1 pincée de cannelle
- 1 poignée de pois chiches

Préparation :

Couper les tomates dans le sens de la largeur, enlever le pédoncule et les mettre dans un fait-tout avec l'huile d'olive.

Laisser cuire à feu doux jusqu'à ce que la peau des tomates s'enlève toute seule. Enlever ces peaux.

Ecraser les tomates avec un presse purée ou au mixer à bras et ajouter les oignons coupés en lamelles fines.

Ajouter la viande de boeuf (si c'est des boulettes de viande hachée alors attendez la fin avant de les rajouter), la tomate concentrée, les pois chiches, ajouter de l'eau pour couvrir le tout et laisser cuire à feu doux.

Surveiller la cuisson en ajoutant un peu d'eau si nécessaire.

Il doit rester de la sauce mais celle-ci doit être onctueuse, pas liquide !

La cuisson se termine lorsque la viande est cuite. Pour indication, il me faut 1h30, voir 2 h à petit feu pour obtenir un résultat impeccable.

Bon appétit !