

Recette Daube de joue de boeuf

- 4 personnes Cuisson : 1 h 30 min
Ingrédients : + 3 noix de joue de boeuf parées
- 1 bouteille de vin rouge
- 200 g d'oignons rouges et blancs
- 300 g de carottes
- 5 c. à s. d'huile
- 1 petite couenne de porc salé
- 50 cl de bouillon de bœuf
- 2 clous de girofle
- 1 Cas. de concentré de tomate
- 1 gousse d'ail, Sel et poivre
- Bouquet garni : feuille de laurier, thym, branche de céleri, persil

Dans une cocotte remplie d'eau froide salée, plonger les noix de joue de boeuf et cuire jusqu'au début de l'ébullition.

Pendant ce temps, faire bouillir le vin. Eplucher les oignons et les carottes. Les couper en rondelles et les mettre à blondir dans une cocotte en fonte. Réserver le tout. Rafraîchir les morceaux de viande, les laver et couper aux ciseaux les petites aspérités qui émergent.

Dans une cocotte, chauffer l'huile et faire raidir les morceaux de viande sur feu vif. Saler et poivrer.

Blanchir la couenne pour éliminer l'excédent de sel. La détailler en bâtonnets. Les disposer sur la viande. Mouiller avec le vin. Compléter avec le bouillon jusqu'à ce que les morceaux soient complètement recouverts. Ajouter le bouquet garni et les clous de girofle. Après les premières minutes de mijotage, ajouter le concentré de tomate et l'ail taillé en lamelles. Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé au diamètre de la cocotte et percée en son centre d'un trou de 4 cm environ. La daube est cuite lorsque le gras nage à la surface ou sur la circonférence de la cocotte.



Des vacances différentes des paysages reposants. Le Cantal, ses forêts, ses cascades, ses randonnées sa truffade, ses plats simples vous attendent dans une maison rénovée de 200 ans d'âge
Ressourcez vous dans le Cantal

www.sene.name ou
www.cuisine.sene.name