



Les plats principaux

Boeuf bourguignon avec frites de patate douce et salade de chicons

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 kilogramme de carbonnades de boeuf (en morceaux)
2 oignons (ciselés)
3 gousses d'ail (pressées)
3 carottes (en morceaux)
750 millilitres de vin rouge
200 grammes de lardons fumés
70 grammes de purée de tomate
3 tiges de céleri (finement coupées)
1 bouquet garni
200 grammes de jeunes oignons (surgelés)
250 grammes de champignons
1 cuillère à café confiture (de fruits rouges)
4 patates douces (coupées en frites)
2 chicons (coupés finement)
2 cuillères à soupe de mayonnaise
2 cuillères à café moutarde au grain
1 pomme (granny Smith, finement coupée)
beurre
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Mettez les morceaux de viande avec l'oignon, l'ail et les carottes dans du vin rouge et faites reposer 2 heures au frigo.

Rôtissez les lardons dans une poêle à feu doux et retirez les lardons de la poêle dès que le gras a fondu.

Retirez les morceaux de viande de la marinade, séchez-les et cuisez la viande bien dorée dans la poêle avec la graisse de lard. Salez et poivrez puis retirez de la poêle.

Retirez ensuite aussi les légumes de la marinade et ajoutezles dans la même poêle en même temps que le céleri et cuisez le tout 5 minutes en mélangeant.

Mettez les lardons, le boeuf, le concentré de tomates et le vin rouge dans la casserole avec les légumes et le bouquet garni et faites mijoter à feu doux durant 2,5 heures.

Ajoutez les oignons perlés, les champignons et la confiture de fruits rouges, laissez encore mijoter 30 minutes puis salez et poivrez.

Entretemps enfournez les frites de patate douce avec un peu d'huile d'olive dans un four préchauffé à 200°C jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes. Mélangez le chicon avec la granny Smith, la mayonnaise et la moutarde en grains. Servez le boeuf bourguignon avec les frites de patate douce et la salade fraîche de chicons.

Ustensiles de cuisine

Four

