

La Recette de Alain Paton

Joue de bœuf au cidre



Ingrédients pour 4 à 5 personnes :

- Prévoir 250 grammes de viande environ par convive, il faut donc :
- 1 bon kilogramme de joue de bœuf ou à défaut un beau morceau de Paleron.
- 1 bouteille de cidre brut.
- 5 cl de calvados.
- 1 cuillère à soupe d'huile (de préférence de l'huile de pépins de raisins).
- 3 gros oignons.
- 10 belles carottes.
- 250 grammes de champignons de Paris.
- Un bouquet garni, thym, romarin, laurier, un clou de girofle.
- Sel et poivre.
- Du persil pour décorer votre plat.

Préparation : *La veille*

Coupez la viande de bœuf en morceaux de 5cm de côté environ, la faire mariner au réfrigérateur 24h00 à couvert dans le cidre avec le bouquet garni, un oignon haché, un clou de girofle.

Le lendemain :

Pelez et émincez les oignons restants.

Egouttez votre viande, conserver le cidre l'oignon et le bouquet garni.

Dans une cocotte, mettre à chauffer votre huile, faire dorer vos morceaux de viande sur toutes les faces pendant 5 minutes environ.

Faire flamber avec le calvados. Retirez votre viande et la réserver de côté.

Mettre dans la cocotte les oignons, une carotte et les champignons coupés en lamelles, cuire à feu doux sans cesser de remuer pour faire dorer vos oignons, sans les noircir. Remettre la viande, votre bouquet garni, sel et poivre. Bien mélanger le tout et versez le cidre de la marinade à hauteur de votre viande.

Couvrir et laisser mijoter durant deux bonnes heures, si vous utilisez un autocuiseur prévoir 40 minutes environ.

Puis, mettre à cuire 15 minutes vos carottes coupées en tronçons.

Retirez le couvercle Un peu avant la fin de la cuisson, pour faire réduire la sauce, au besoin épaissir avec un fond de rôti.

Vous pouvez ajouter un peu de crème fraîche au moment de servir.

Dressez votre plat et décorez avec le persil.

Bien sur ! Boire le même cidre avec ce plat excellent.

Bon appétit !