

BOEUF BOURGUIGNON

QUANTITES: bœuf750 oignons , 30 sel 125 g de graisse 50 farine 1 cuillère. à café poivre, bouquet garni, ail vin rouge3 dl un peu de bouillon ou eau facultatif lard de poitrine 100 g dans ce cas, 10 g de graisse au lieu de 50 g.	DURÉE pour 6 personnes préparation 10 mn faire revenir faire la sauce 20 mn cuisson. étouffée .. 2 h 30 mn Total3h MATERIEL planche couteau cocotte ou marmite à pression fourchette cuillère de bois plat creux
---	--

- Couper le lard en dés, le bœuf en morceaux cubiques d'environ 4 ou 5 cm de côté.
 - Faire chauffer la graisse dans la cocotte (n'en mettre que 10 g si l'on utilise du lard), y faire dorer les lardons, les retirer.
 - Faire dorer la viande sur toutes ses faces.
 - Ajouter les lardons, les oignons épluchés et coupés ou non.
 - Saupoudrer avec la farine, remuer à la cuillère de bois et laisser roussir.
 - Mouiller avec le vin et le bouillon ou l'eau. Le liquide doit arriver en haut de la viande.
 - Ajouter tous les assaisonnements sel, poivre, ail, bouquet garni.
- Fermer soigneusement la cocotte et régler la fourniture de chaleur.
- Laisser mijoter environ 2 h 1/2.
 - Vérifier l'assaisonnement avant de servir. Dégraisser s'il y a lieu. Retirer le bouquet.
 - Servir chaud dans un plat creux,
 - Pour un plat de famille, on peut, une 1/2 heure avant la fin de la cuisson, ajouter quelques pommes de terre longues.
 - Pour un bourguignon plus soigné, on peut ajouter des champignons 20 minutes avant la fin de la cuisson.