

DAUBE DE BOEUF



Préparation

Temps Total : 6h40 min

Préparation : 40 min

Cuisson : 2 h

Traitement Thermique : 2 h

Marinade : 2 h

INGREDIENTS *(pour 4 personnes)*

1 kg de bœuf (gîte, paleron, joue coupée en gros morceaux)
100 g de lardons
3 à 4 carottes
1 branche de céleri
Quelques cèpes frais ou 60 g de cèpes déshydratés
400 g de tomates
150 g de petits oignons
1/2 L de vin blanc

80 g d'olives noires
4 gousses d'ail
1 clou de girofle
1 bouquet garni
Le zeste d'une orange
80 cl de bouillon de bœuf
15 cl d'huile d'olive
Sel
Poivre

PREPARATION

Nettoyer, éplucher puis couper les carottes et le céleri en petits cubes. Eplucher ensuite les gousses d'ail et peler les oignons.

Mettre l'ensemble au fur et à mesure dans une cocotte, ajouter le bœuf, le vin, le clou de girofle, puis une cuillère à soupe d'huile d'olive et le bouquet garni. Saler et poivrer. Fermer et réserver au frigo 2h.

Pendant ce temps, faire rissoler les cèpes (ou les déshydrater dans de l'eau tiède si vous n'en n'avez pas de frais). Peler les tomates et hacher la pulpe. Préparer ensuite le bouillon de bœuf si vous le faite vous-même.

Récupérer la cocotte et y verser les tomates, les olives, les lardons, le zeste d'orange, les cèpes et le bouillon de bœuf. Fermer et laisser cuire 2h à feux doux.

Répartir la préparation dans les bocal jusqu'à 2cm du rebord. Fermer et procéder immédiatement au traitement thermique pendant 2h à 100°C.