



- LA RECETTE D'ETIENNE CHAPUIS -



*Etienne Chapuis
se passionne
pour le journalisme
et pour la cuisine.*

(Photo Virginie Borralho)

BOEUF BOURGUIGNON ET PURÉE DE POMMES DE TERRE



Garniture

800 g de pommes de terre à chair farineuse pour la purée, qu'on peut, après cuisson, monter au lait, à la crème, ou au beurre. Ou en mélangeant à sa guise.

Finition

Dans une cocotte, en fonte de préférence, faire revenir la viande jusqu'à belle coloration dans de l'huile d'olive préalablement chauffée, après l'avoir salée, poivrée et enduite d'un peu de farine. Puis faire revenir les lardons. Ajouter ensuite le bouquet garni, un peu de poudre de girofle, de moutarde et de concentré de tomate. Verser aussitôt le vin rouge et porter à ébullition. A partir de là, il faut compter 2h30 de cuisson environ, à feux doux. Après une heure de cuisson, pour corsier un peu la sauce, on peut à titre facultatif ajouter une petite touche de fond de veau ou un cube de bouillon de bœuf ou de légumes. Bien remuer pour faire l'amalgame. Puis ajouter les carottes, les oignons et l'ail. Juste avant de servir, rectifier l'assaisonnement. On peut garnir les assiettes d'une pincée de persil ou de ciboulette.

En guise d'accompagnement, l'idéal est d'opter pour une purée de pommes de terre. Chaque cuisinier débutant sait faire ça. Mais on peut jeter son dévolu aussi sur des pâtes, du riz ou de la polenta.

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1 kg de paleron ou d'épaule de bœuf, des morceaux de la taille d'un œuf
- 150 g de lardons coupés gros
- 1 bouquet garni
- 500 g de carottes
- 12 petits oignons ou échalotes
- 4 gousses d'ail émincées
- 5 dl d'un bon vin rouge
- Un peu de moutarde et de concentré de tomate
- Sel, poivre, piment d'Espelette, poudre de girofle, à volonté



DOMAINE BOUDAU

LE CLOS

CÔTES CATALANES AOP BIO

Grenache (70%), Syrah (30%)

La gourmandise, la souplesse et la rondeur font du Clos un vin de plaisir parfait pour accompagner votre boeuf bourguignon.



A découvrir chez:

Paratte vins
Sàrl

Grand-Rue 15
2720 Tramelan
032 487 43 22 / info@parattevins.ch