

Carbonnade flamande

Ingrédients : (pour 4 personnes)

- 1 kg de joue de bœuf
- 3 c à s de farine
- 60g de beurre
- 2 oignons
- 2 branches de thym frais
- 2 gousses d'ail
- 1 l de bière pied de boeuf
- 250g de pruneaux dénoyautés
- 3 c à s de moutarde
- Quelques tranches de pain
- 1kg de pommes de terre
- Sel, poivre



- Salez la joue de boeuf et singez-la. Faites fondre le beurre, saisissez la viande, ajoutez un gros oignon coupé en quart, des branches de thym frais et l'ail.
- Déglacez le jus de cuisson avec la bière pied de boeuf. Ajoutez ensuite les pruneaux et laissez mijoter au moins trois heures à couvert.
- Récupérez ensuite le jus de cuisson en le passant au chinois. Faites réduire ce jus à feu vif et ajoutez une noix de beurre. En fin de cuisson, ajoutez une cuillère de moutarde et quelques pruneaux.
- Dressez la carbonnade avec une tranche de pain tartinée de moutarde et accompagnez de pommes pont-neuf.

Max
& VÉNUS