

Carbonnade flamande

La Biscothèque

Cuisine, Plats



TEMPS DE PRÉPARATION
20 min



TEMPS DE CUISSON
3 h



TYPE DE PLAT
Plat complet



CATÉGORIE
Plats



INGRÉDIENTS

- 1 kg de bœuf, type paleron
- 400 g d'oignons
- 30 g de beurre
- 150 g de lard fumé
- 5 tranches de pain d'épices
- 3 cuillères à soupe de moutarde
- 1 l de bière brune ou ambrée
- 30 g de vergeoise ou de cassonade
- 3 cl de vinaigre de cidre
- 1 bouquet garni
- sel, poivre et un filet d'huile d'olive



PRÉPARATION

- 1 émincer les oignons, couper le lard et trancher le paleron sur environ 1 cm
- 2 tartiner le pain d'épices de moutarde.
- 3 faire compoter les oignons à couvert dans le beurre puis réserver
- 4 faire revenir le lard puis réserver
- 5 dorer ensuite la viande dans l'huile puis réserver, ainsi que son jus éventuel
- 6 dans la cocotte, mélanger la vergeoise aux sucs sans la caraméliser
- 7 ajouter le vinaigre et laisser réduire de moitié
- 8 disposer successivement la moitié de la viande assaisonnée, la moitié des oignons, le lard, puis le reste de viande assaisonnée et d'oignons ; ajouter le bouquet garni, la bière et le jus réservé
- 9 cuire 1 h à 150 °C à couvert
- 10 retirer le couvercle, poser le pain moutardé d'épices sur le plat, moutarde vers le bas, et l'imprégner légèrement de sauce ; cuire encore 2 h à 150 °C



ASTUCES

- l'autrice utilise une cocotte en fonte émaillée
- si la sauce reste trop liquide, prolonger la cuisson de 20 minutes



NOTE IMPORTANTE

Certaines recettes ne comportent pas de lard et la sauce n'est pas déglacée au vinaigre de cidre, c'est à l'appréciation de chacun.



SERVICE

Servir avec des frites, des pommes de terre, des pâtes ou du riz, accompagnés de salade verte.