



Torah-Box.com

j u d a ï s m e e n t r e f e m m e s

LE BŒUF BOURGUIGNON

Pour 8 personnes Temps de préparation : 20mn Cuisson : 1h30mn Difficulté : facile

INGREDIENTS

2kg de bœuf
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
3 gros oignons
1 tête d'ail
4 feuilles de laurier
4 branches de thym
4 branches de romarin
2 carottes coupées en rondelles
2 branches de céleri coupées en morceaux
300g de champignons de Paris coupés en deux
16 pommes de terre grenaille (ou 4 petites pommes de terre en quartiers)
4 petits navets coupés en deux
1 bouteille de vin rouge
3 cuillères à soupe de maïzena
sel et poivre



REALISATION

Voici un plat bien hivernal qui réchauffera votre famille !

Dans une grande marmite, mettez l'huile d'olive et les oignons à revenir à feu moyen-doux. Après 3mn, ajoutez l'ail et les morceaux de bœuf. Laissez-les revenir 5-10mn pour que les morceaux soient

bien saisis, puis, ajoutez-y les légumes, les herbes, puis le vin. Couvrez et laissez cuire 1h à feu doux-moyen. Ajoutez la maïzena délayée dans un peu de sauce au vin, et ajoutez le mélange obtenu à la sauce pour l'épaissir. Laissez cuire à feu couvert encore au moins 30mn. Servir accompagné d'un riz.