

Boeuf caramélisé

INGRÉDIENTS

PRÉPARATION: env. 45 minutes

BRAISAGE: env. 1 heure 30

POUR 4 personnes

800 g de ragoût de boeuf, p. ex. cou

1 cs de beurre à rôtir

sel, poivre

4 échalotes, en quartiers

2 gousses d'ail, hachées finement

1 tige de citronnelle, hachée finement

1 dl de vin de riz ou de vin blanc

2 dl de bouillon de viande

1 clou de girofle

4 cs de sucre de palme ou de cassonade

3 cs de sauce de poisson

3 cs de sauce soja

1 citron vert, tout le jus

½ bouquet de coriandre, effeuillé

½ concombre, en fines tranches

50 g de cacahuètes salées grillées, hachées grossièrement

1 piment rouge, épépiné, ciselé



© le menu

Préparation

PRÉPARATION

Saisir la viande par portions dans le beurre à rôtir chaud sur toutes les faces env. 5 minutes, assaisonner, retirer. Faire revenir brièvement les échalotes, l'ail et la citronnelle dans la même casserole. Remettre la viande en casserole. Ajouter le vin, le bouillon et le clou de girofle, braiser à couvert env. 1 heure 30, jusqu'à ce que la viande s'effiloche. Laisser tiédir, retirer le clou de girofle, effiloche la viande. Bien mélanger le sucre avec le reste des ingrédients, mélanger avec la viande et la sauce restante. Remettre en casserole, porter à ébullition, laisser réduire jusqu'à ce que la sauce caramélise légèrement.

PRÉSENTATION

Dresser avec la coriandre, le concombre, les cacahuètes et le piment.

Conseil

- Servir avec du riz basmati.

www.lemenu.ch

