

Joues de Boeuf à la Guinness et aux Légumes

Nombre de personnes: 8

Temps de préparation: 4 heures

Ingrédients:

- JOUE(S) DE BOEUF	1.5 kg
- POIREAUX ENTIERS	2
- CAROTTE(S)	3-4
- OIGNON(S)	1
- LARDONS	200g fumés
- FARINE	2 c à soupe
- BOUILLON DE VIANDE	30 cl (1/2 cube)
- GUINNESS (BIÈRE NOIRE)	33 cl
- CHAMPIGNONS DE PARIS	250g
- NOIX DE MUSCADE	
- AIL EN POWDRE	
- PERSIL	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Emincez l'oignon.
- Nettoyez et coupez les poireaux en julienne.
- Pelez et coupez les carottes en rondelles.
- Coupez les joues de bœuf en morceaux.
- Préchauffez le four à 150°C.
- Faites-les revenir dans un mélange beurre de cuisson bien chaud. Salez et poivrez. Réservez sur une assiette.
- Ajoutez ensuite les oignons émincés dans la casserole avec les lardons et laissez étuver quelques minutes.
- Ajoutez les carottes et les poireaux. Salez et poivrez.
- Remplacez les joues dans la casserole puis saupoudrez de farine et mélangez.
- Arrosez ensuite avec le bouillon de viande et la bière.
- Portez à ébullition puis baissez le feu.
- Couvez et enfournez pendant 2 heures.
- Entre temps, nettoyez et coupez les champignons en gros dés. Faites-les sauter dans du beurre chaud. Ajoutez un peu d'ail, de muscade, persil, sel et poivre. Réservez.
- Après le temps de cuisson au four des joues, sortez-les et intégrez-y les champignons.
- Augmentez le four à 180°C.
- Remplacez les joues au four sans couvercle pour 1h30 afin de réduire la sauce. Remuez de temps en temps.
- Après ce temps, servez les joues nappées de sauce et de légumes.

Remarque:

Accompagnez de croquettes de pommes de terre ou de pommes de terre nature.