

Joues de Boeuf Marinées au Vin Rouge et aux Carottes

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 3 h 30 min

Marinade : 1 nuit

Ingrédients:

- JOUE(S) DE BOEUF	1 kg
- OIGNON(S)	1 gros
- CLOU(S) DE GIROFLE	4
- LAURIER	2 feuilles
- THYM	
- VIN ROUGE	500 ml
- CAROTTE(S)	3-4
- GOUSSE(S) D'AIL	3
- BOUILLON DE VIANDE	200 ml (1 cube)
- MAIZENA	1 c à soupe
- VIN ROUGE	1 verre
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- La veille, coupez la viande en morceaux et placez-là dans un grand plat creux.
- Emincez l'oignon et ajoutez-le à la viande ainsi que le thym, les clous de girofle écrasés, le laurier, sel et poivre.
- Arrosez avec 500 ml de vin rouge, couvrez de film alimentaire puis réservez au frigo une nuit.
- Le lendemain, égouttez les morceaux de viande.
- Filtrez la marinade en gardant les légumes et le vin.
- Pelez et coupez en rondelles les carottes.
- Emincez finement les gousses d'ail.
- Dans une grande cocotte, faites rissoler les morceaux de joues dans de l'huile chaude. Salez et poivrez. Réservez sur une assiette.
- Placez alors dans la cocotte chaude, les oignons avec les herbes de la marinade avec les carottes. Remuez quelques minutes puis ajoutez l'ail émincé.
- Replacez enfin les morceaux de viande puis arrosez avec le vin de la marinade et le bouillon de viande. Salez et poivrez.
- Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter à couvert pendant 3 heures en remuant de temps en temps.
- Après ce temps, mélangez le verre de vin rouge restant avec 1 c à soupe de maïzéna.
- Portez la sauce à ébullition puis vers le vin avec la maïzéna et laissez bouillir au moins 1 minute afin d'obtenir la consistance voulue à votre sauce.
- Servez sans attendre.