

Daube de Boeuf aux Olives

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 3 heures

Marinade : 1 nuit

Ingrédients:

- CARBONADES DE BOEUF 1.2 kg (ou joue de boeuf)

Marinade :

- CAROTTE(S) 3
 - OIGNON(S) 1 gros
 - CELERI 2 branches
 - POIVRE NOIR 15 grains
 - VIN ROUGE 70 cl
 - VINAIGRE DE VIN ROUGE 10 cl
 - HUILE D'OLIVE 3 c à soupe
 - THYM
 - LAURIER 2 feuilles

Pour la cuisson :

- TOMATES CONCASSÉES 1 boîte
 - AIL EN POUDRE 1 c à café
 - ORANGE(S) le zeste d'1
 - OLIVE(S) VERTE(S) 100g
 - MAIZENA 2 c à soupe
 - SEL
 - POIVRE



Recette:

La veille :

- Emincez l'oignon et le céleri. Pelez et coupez les carottes en rondelles.
- Dans un plat creux, placez la viande avec les carottes, l'oignon, le céleri, le thym, le laurier, les grains de poivre, le vinaigre, le vin et l'huile d'olive.
- Filmez et placez au frais pour une nuit.

Le jour même :

- Egouttez et séchez les morceaux de viande.
- Faites-les rissoler dans de l'huile chaude dans une grande cocotte. Salez et poivrez.
- Séparez le vin de la marinade des légumes avec une écumoire.
- Ajoutez les légumes égouttés à la viande rissolées. Remuez pendant 5 minutes.
- Arrosez ensuite alors avec la moitié du vin de la marinade.
- Ajoutez les tomates concassées, l'ail et salez, poivrez.
- Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter à couvert pendant 2 heures.
- Après ce temps, incorporez les olives et les zestes d'orange. Poursuivez la cuisson à feu moyen pendant 10 minutes à découvert.
- Liez la sauce éventuellement avec 2 c à soupe de maïzéna.
- Rectifiez l'assaisonnement et servez sans attendre.

Remarque:

Encore meilleur avec des joues de bœuf.

Servez avec des tagliatelles.