

Pot au Feu

Ingrédients

1 os à moelle

1kg de viande à pot au feu (gites, noix, moi je prends de la joue de boeuf)

200 gr de carottes

200 gr de navet

200 gr de poireaux

1 gros oignon

quelques feuilles de chou (j'adore le goût)

1 bouquet garni

5 ou 6 pommes de terres cuites au dernier moment



Préparer un bouillon gras : dans une cocotte, placer l'os à moelle avec du sel, couvrir d'eau froide et porter à ébullition, écumer . Laisser cuire jusqu'à ce qu'il n'y ait plus d'écume.

Mettre alors les légumes épluchés et lavés (sauf les pommes de terre) au bout de 20 mn, rajouter les autres morceaux de viande, l'oignon et le bouquet garni, couvrir et faire mijoter 3h00 à feu doux.

Moi perso je le prépare toujours la veille. Le lendemain refait cuire à feu doux pendant une heure (par ex une heure avant de passer à table). 230 minutes avant la fin jeter les pommes de terres, vous pouvez aussi les cuire à part