

DECLINAISON DE BOEUF EN DEUX CUISSONS



Facile Préparation: 20-25 mn Cuisson: 3 heures en tout

Pour 4 personnes:

Pour la viande mijotée:

- 1 joue ou 1 kg de queue de queue de bœuf
- 1 gros oignon + 1 bouquet garni + 2 carottes coupées en rondelles
- 1/2 l de bière brune (Irlandaise de préférence)
- 1 bâton de cannelle + 2 gousses de cardamome verte + 1/2 étoile d'anis étoilé
- 1 belle pincée de macis
- 1 petite noix de beurre et 1/2 càs d'huile neutre
- 1 càs de cassonade et sel et poivre du moulin

Pour le boeuf snacké: 2 tranches de rumsteak (1,5 à 2 cm d'épaisseur)

Pour l'accompagnement:

- 4 pommes de terre
- 1 petit oignon émincé = 1 courgette
- 3 càs de dés de tomates confites et leur huile
- 1 càs d'huile d'olive + 1 pour l'écrasée de pommes de terre Sel et poivre

La veille si possible: La joue:

Préchauffer le four à 100°.

Parer (ou demander au boucher de le faire) la joue de bœuf et la couper en 7 ou 8 morceaux. Réserver.

Peler et émincer finement l'oignon. Laver et éplucher les carottes, les couper en rondelles. Réserver oignon et carottes.

Dans une petite cocotte, chauffer doucement l'huile et le beurre, saisir les morceaux de viande de tous côtés. Ôter le gras et réserver la viande. Dans la même cocotte, faire revenir les oignons et les carottes pendant 2 à 3 minutes. Remettre la viande dans la cocotte, saler et poivrer, ajouter les épices, la cassonade. Ajouter la bière et compléter éventuellement avec de l'eau. Porter à ébullition, couvrir et glisser dans le four pour environ 2 heures et demie.

Au bout de ce temps, sortir la cocotte du four, ôter la viande, filtrer la sauce et la faire réduire pour qu'elle prenne la consistance d'un sirop épais.



A la fourchette, effilochez la viande. Coupez le feu, remettez la viande dans la sauce et réservez jusqu'au lendemain.

Le jour même: **L'accompagnement:**

Lavez et épluchez les pommes de terre et faites-les cuire à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient tendres (20 mn environ). Les écrasez à la fourchette avec un peu d'huile d'olive, assaisonnez. Réservez.

Lavez et taillez les courgettes en petits dés (brunoise) et faites-les sauter à la poêle avec l'oignon émincé 5 mn avec la cuillerée d'huile d'olive. Pendant la cuisson des courgettes, faites des petits dés avec les tomates confites et ajoutez-les dans la poêle avec leur huile, bien mélanger. Salez et poivrez un peu, réservez.

Épluchez les pommes de terre et les écrasez avec le beurre, assaisonnez et réservez.

Finition et dressage:

Chauffez très vivement sans matière grasse une plancha (ou une poêle à fond épais), lorsqu'elle est bien chaude, "snacker" la viande environ 1 minute à 1 minute et demi de chaque côté selon l'épaisseur. Salez et poivrez.

Réchauffez l'écrasée de pommes de terre, la joue effilochée et les courgettes si nécessaire.

Sur le côté d'une assiette, dans un cercle en inox dressiez un peu de viande.

Recouvrez avec des dés de légumes et terminez par les pommes de terre, tassez avec le dos d'une cuillère. Enlevez le cercle délicatement en le tirant vers le haut, posez la viande juste saisie à côté et mettez quelques gouttes de sauce réduite.

Servez le reste de la sauce en saucière à côté.