Bœuf

Queue de boeuf braisée aux petits légumes

3h50	20 min	3h30	0	503
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la viande

1. Couper la queue de boeuf en tronçons en respectant les articulations et les fibres de la viande.
2. Faire chauffer l'huile et le beurre dans la cocotte, faire dorer vivement la viande sur toutes les faces pendant 10 minutes.
3. Réserver la viande de côté dans un plat.

Étape 2

Préparation des légumes

1. Eplucher tous les légumes, écosser les petits pois.
2. Peler les oignons et l'ail.
3. Couper les navets en deux, tailler les carottes en gros tronçons.
4. Faire dorer dans la cocotte les oignons nouveaux entiers et pelés.
5. Ajouter l'ail, les navets coupés en deux et les carottes coupées en quatre dans la longueur.
6. Lorsque les légumes sont bien dorés, ajouter les lardons et la viande.

Assaisonner de sel, poivre et muscade. Ajouter le

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la viande

- 1 kg **Queue(s) de boeuf**
- 125 g **Lardon(s)**
- 2 c. à soupe **Huile d'arachide**
- 40 g **Beurre**

Ingrédients pour les légumes

- 4 **Carotte(s)**
- 4 **Oignon(s) nouveau(x)**
- 4 **Navet**
- 100 g **Petits pois**
- 2 **Gousse(s) d'ail**

Ingrédients pour le bouillon

- 40 cl **Vin blanc**
- 1 litre(s) **Bouillon de bœuf**
- 1 **Bouquet garni**
- 1 pincée(s) **Noix de muscade en poudre**
- 1 **Sel**

7 bouquet garni, puis verser le vin blanc et le bouillon.

1 **Poivre**

Étape 3

Finalisation et dressage

1. Mélanger et braiser la viande pendant 3 heures, en retournant la viande de temps en temps.
2. Vingt minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les petits pois écossés dans la cocotte.
3. Servir la queue de boeuf bien chaude dans des assiettes creuses, accompagnée des légumes.