*Viandes variées*

# Carbonnade de cheval

| 3h50 | 20 min | 3h30 | 0 | 640 |
|---|---|---|---|---|
| TEMPS TOTAL | PRÉPARATION | CUISSON | REPOS | CALORIES |

**Étape 1**

## Préparation de la carbonnade

1. Peler les oignons et les ciseler à l'aide d'un couteau éminceur. Peler l'ail et l'écraser à l'aide d'un presse-ail.
2. Couper la viande en gros cubes à l'aide d'un couteau de chef.
3. Faire chauffer le beurre dans une cocotte et faire dorer la viande sur tous les côtés. La retirer à l'aide d'une écumoire lorsqu'elle est colorée et la réserver dans un plat.
4. Ajouter les oignons et l'ail dans la cocotte, les faire suer dans le beurre. Saupoudrer de sucre roux et de farine puis laisser caraméliser.
5. Verser ensuite la bière et remuer à l'aide d'une cuillère en bois pour éviter la formation de grumeaux. Porter la sauce à ébullition.
6. Remettre la viande dans la cocotte puis mélanger. Ajouter le thym, le laurier et le vinaigre. Assaisonner de sel et de poivre.
7. Couvrir et laisser cuire pendant 1h30 sur feu doux, en remuant de temps en temps.
8. Tartiner ensuite les tranches de pain d'épices avec la moutarde à l'aide d'une cuillère à café. Les déposer sur

Ingrédients
pour 6 personnes

**Ingrédients pour la carbonnade**

- 900 g **Paleron de cheval**
- 1.3 litre(s) **Bière**
- 4 tranche(s) **Pain d'épices**
- 2 **Oignon(s)**
- 2 **Gousse(s) d'ail**
- 2 c. à soupe **Moutarde**
- 2 c. à soupe **Farine**
- 3 c. à soupe **Sucre roux**
- 1 c. à soupe **Vinaigre de vin**
- 1 c. à café **Thym**
- 2 feuille(s) **Laurier**
- 30 g **Beurre**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

**Ingrédients pour le dressage**

- 1.2 kg **Pomme(s) de terre**
- 1 litre(s) **Huile pour friture**
- 1 **Sel**
- 2 branche(s) **Persil frisé**

la viande et fermer la cocotte sans la mettre sous pression. Prolonger la cuisson de 2 heures sur feu doux.

1 **Poivre**

**Étape 2**

## Préparation des frites

1. Peler les pommes de terre à l'aide d'un économe et les couper en bâtonnets à l'aide d'un couteau éminceur. Les sécher ensuite à l'aide de papier absorbant.
2. Faire chauffer l'huile dans une friteuse et plonger délicatement les frites par petites portions à l'aide d'une écumoire.
3. Les égoutter à l'aide de l'écumoire lorsqu'elles sont dorées et les déposer sur un plat tapissé de papier absorbant.
4. Refaire chauffer l'huile dans la friteuse à une température plus élevée. Plonger à nouveau les frites et les faire cuire une seconde fois.
5. Cette étape permet d'obtenir des frites dorées et croustillantes.
6. Saler et poivrer les frites.

**Étape 3**

## Dressage

1. Ciseler le persil à l'aide d'un couteau éminceur.
2. Dresser la carbonnade dans des assiettes individuelles.
3. Dresser les frites à côté de la carbonnade et parsemer de persil haché, puis déguster bien chaud.