



Bœuf

Chili au boeuf texan



3h50 **10 min** **3h20** **20 min** **375**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le chili

450 g **Filet(s) de boeuf**
2 **Oignon(s)**
4 **Gousse(s) d'ail**
2 **Piment(s)**
2 c. à soupe **Huile d'olive**
1 c. à café **Graines de cumin**
0.5 c. à soupe **Piment de Cayenne**
1 c. à soupe **Paprika**
1 c. à café **Sel**
230 g **Tomate(s) concassée(s)**
25 cl **Bière**
6 c. à soupe **Téquila**
1 **Bouillon de boeuf**

Ingrédients pour le dressage

1 tranche(s) **Cheddar**
0.5 **Oignon(s)**
4 branche(s) **Coriandre**
4 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**

Étape 1

Préparation du boeuf

- 1 Déposer le boeuf sur une planche à découper et ôter le maximum de gras à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Couper le boeuf en cubes à l'aide d'un couteau de chef et réserver.
- 3 Eplucher l'oignon et l'émincer à l'aide d'un couteau éminceur puis réserver.
- 4 Eplucher puis émincer l'ail et réserver.
- 5 Enlever la tige du piment puis l'émincer et réserver.
- 6 Pour un chili plus doux, ôter les graines du piment et les parties blanches à l'intérieur.

Étape 2

Cuisson du chili

- 1 Faire chauffer l'huile d'olive dans une marmite sur feu moyen-fort.
- 2 Ajouter l'oignon, l'ail et le piment émincés dans la marmite puis faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
- 3 Mélanger régulièrement à l'aide d'une cuillère en bois. Ajouter les graines de cumin et cuire pendant 1 minute

- 4 environ jusqu'à ce qu'elles soient légèrement grillées et parfument l'huile.
- 5 Ajouter le boeuf en morceaux et cuire jusqu'à ce qu'il soit doré. Assaisonner avec le piment de cayenne, le paprika et le sel.
- 6 Mettre les tomates concassées dans la marmite et mélanger.
- 7 Verser la bière et la téquila puis verser du bouillon à hauteur.
- 8 Porter le tout à ébullition.
- 9 Réduire ensuite sur feu moyen-doux et laisser mijoter pendant 2h30-3h en mélangeant toutes les 20-30 minutes.
- 10 Eteindre le feu et laisser le chili dans son jus pendant 20 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Eplucher puis émincer l'oignon à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Laver la coriandre et l'essuyer à l'aide de papier absorbant puis effeuiller la coriandre.
- 3 Répartir le chili dans des bols ou des assiettes creuses à l'aide d'une louche.
- 4 Ajouter la crème sur le dessus à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 5 Râper le cheddar puis en parsemer le plat et servir.