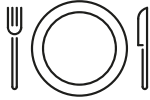


RECETTE

POT-AU-FEU



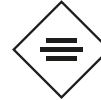
POUR 6
PERSONNES



20
MINUTES



3H30



NIVEAU FACILE

LISTE DES INGRÉDIENTS

- 2 oignons
- 3 pommes de terre
- 3 carottes
- 1 poireau
- 3 navets
- 6 gousses d'ail
- 1,5 kg de viande de boeuf à mijoter
- 2 cuil. à soupe d'huile de colza
- 20 g de beurre
- 3 l d'eau
- 3 branches de thym frais (frais)
- 2 feuilles de laurier (frais)
- Gros sel
- 3 os à moelle
- Poivre

PRÊT, FEU, À VOTRE TABLIER

1) Préparez les légumes

- Épluchez les pommes de terre et plongez-les dans de l'eau froide pour éviter qu'elles noircissent
- Épluchez les carottes et les navets, nettoie le poireau, et coupe tous les légumes en gros morceaux, pelez l'ail, enlèvez le germe et réservez



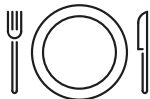
#MARCHÉFRAISORGEVAL

#TRESBONAUQUOTIDIEN

POUR PLUS DE RECETTES REJOIGNEZ-NOUS SUR WWW.MARCHÉFRAISORGEVAL.FR - @MARCHÉFRAISORGEVAL

RECETTE

POT-AU-FEU

POUR 4
PERSONNES20
MINUTES

3H30



NIVEAU FACILE

2) Oignons pour le bouillon

Coupe un oignon en deux et fais brûler les moitiés à sec dans une poêle.

👉 Cela colorera ton bouillon sans goût brûlé

3) Préparez la viande

- Dans une poêle, faites chauffer l'huile + beurre
- Saisissez la viande (coupée en gros morceaux) pour développer les sucs
- Transférez-la ensuite dans une marmite avec de l'eau

4) Préparation du bouillon

- Ajoutez les oignons brûlés dans la marmite.
- Ajoutez thym, laurier, gros sel et poivre
- Portez à ébullition puis laissez mijoter à feu doux 2 heures
- Écumer soigneusement pour obtenir un bouillon limpide

5) Les légumes + moelle

- Ajoutez ensuite les légumes et les os à moelle.
- Poursuivez la cuisson 1 h à 1 h 30 à feu très doux jusqu'à ce que tout soit fondant.

