



IDÉE DE SAISON FÉVRIER

POT AU FEU

POUR 4 PERSONNES

Temps de préparation : 40 minutes

Temps de cuisson : 120 minutes

Ingrédients

- Jarret de bœuf sans os
- 1 kg de joue de bœuf
- 2kg de carottes rondelles
- 1kg de navet
- 6 poireaux
- 12 petites pommes de terre
- 1 chou blancs
- 2 oignons
- 2 branches de céleris
- 1 bouquet garnie (*thym, laurier, clous de girofles*)
- 3 os à moelle,
- Sel, Poivre

Le tour de main de coovitraiteur :

Mettez votre viande dans une grande casserole,

Ajoutez de l'eau froide,

Faites cuire votre viande à ébullition,

Écumez votre bouillon jusqu'à la fin de l'écume.

Faites cuire votre viande pendant 30 à 40 mn

Ajoutez vos légumes,

Salez et Poivrer

Mette le bouquet garni.

Laissez cuire le tout à feu doux pendant 1 heure 30.

Rectifiez l'assaisonnement.



Le mot du chef

Servir dans un plat creux les légumes avec du bouillon et la viande autour.

