

# Carbonade de Bœuf aux pruneaux

## INGRÉDIENTS Pour 6 personnes

1,3 à 1,5kg de bœuf à braiser

400g de carottes

300g de pruneaux

200g de petits oignons blancs

150g de beurre

60cl de vin rouge

80cl de bouillon (Maggi)

45g de farine

1 cuill. à soupe de sucre

1 cuill. à soupe de vinaigre

2 feuilles de laurier,

1 branche de thym

sel, poivre

Nettoyer et tailler les carottes en bâtonnets de 5 cm de long. Faire colorer les morceaux de bœuf dans 100g de beurre puis réserver sur un plat.

Ajouter le reste de beurre et faire légèrement blondir les carottes et les oignons. Réserver avec le bœuf.

Dans le même récipient ajouter la farine, mélanger et laisser prendre une couleur blonde, délayer avec le vin rouge et le bouillon. Ajouter sucre, vinaigre, sel et poivre et porter à ébullition.

Dans un récipient en terre de préférence, mettre tous les ingrédients : bœuf, carottes, oignons, pruneaux, thym, laurier. Verser dessus le mélange vin rouge/bouillon, couvrir d'un couvercle le plus hermétique possible et cuire à four chaud (th.5/6) pendant 3h.

Au terme de la cuisson, vérifier l'assaisonnement et l'onctuosité de la sauce, et servir.

# Hachis parmentier de Bœuf aux légumes

## INGRÉDIENTS Pour 6 personnes

1kg de bœuf haché

1,3kg de pommes de terre en purée

120g de carottes

120g de courgettes

120g de champignons de Paris

200 g de beurre

3 cuill. à soupe d'herbes fraîches hachées (persil, ciboulette, cerfeuil)

sel, poivre

Nettoyer les légumes et les passer au hachoir ou les tailler en tous petits morceaux, puis les faire suer dans une poêle avec 80g de beurre pendant 5 mn. Mélanger ensuite la purée et ajouter les herbes.

Cuire la viande hachée dans une poêle avec 100 g de beurre en mélangeant souvent 5 à 6 mn.

Dans un plat à gratin beurré alterner couches de viande et purée en terminant par cette dernière.

Passer au four chaud 20 mn afin de gratiner le dessus et accompagner d'une salade croquante et de légumes frais.

Les Artisans



Bouchers