



Toque & Tablier



Joues de bœuf en bourguignon

**Pour 4 personnes.
Préparation 25 min**

Ma liste de courses... Chez

Le boucher :

- 700 g de joues de bœuf

Le primeur :

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 40 g de céleri branche
- 240 g de champignons de Paris
- 200 g de navets
- 210 g de carottes

Le charcutier :

- 190 g de lard fumé épais

L'épicier :

- Huile, sel et poivre
- 50 g de carrés de chocolat noir 50% cacao

Le fromager :

- 15 g de beurre
- 1 cuillère à soupe rase de farine + 15 g

Le caviste :

- 75 cl de vin rouge type Bourgogne

Mon conseil chuchoté à l'oreille : Les joues de bœuf sont très tendres, c'est ce qui fait toute la différence. Demandez à votre boucher de les préparer en enlevant le surplus de gras et de tailler des morceaux de 5 par 5 cm. Demandez-lui de vous donner les morceaux de gras qu'il aura enlevés (vous les mettrez dans le plat pour la cuisson, cela donnera du goût à la sauce).

1. Préchauffez le four à 180°. Pelez et émincez en morceaux grossiers les navets et champignons. Taillez en rondelles les carottes. Réservez.
2. Pelez et émincez le céleri, l'ail et l'oignon (pour savoir comment découper facilement l'oignon, allez sur mon geste du chef). Faites chauffer 2 cuillères à soupe d'huile et 15 g

de beurre dans une grande cocotte allant au four. Faites blondir ail, oignon et céleri 5 minutes sur feu doux. Réservez dans une assiette.

3. Pendant ce temps, découpez en lardons le lard fumé. Ajoutez-le dans la cocotte à la place de l'ail, oignon et céleri sur feu vif. Réservez dans l'assiette.
4. A la place, marquez la viande (cela signifie la faire revenir sur feu vif pour la saisir) pendant 3 minutes, remuez souvent (si besoin, ajoutez un peu d'huile). N'oubliez pas d'incorporer les morceaux de gras de votre boucher et repérez-les bien pour ne pas les confondre avec la viande quand vous les enlèverez à la fin de la cuisson ! Salez poivrez et ajoutez une cuillère à soupe rase de farine, mélangez pour enrober la viande.
5. Hors du feu, ajoutez les champignons, les navets, les carottes, l'ail, l'oignon, le céleri, les lardons. Versez 75 cl de vin rouge, enfournez pour 1h30 à 180° à couvert.
6. 5 minutes avant de servir, enlevez les morceaux de gras. Prélevez 12 cl de jus de cuisson et versez-le dans un bol contenant 15 g de farine. Mélangez, ne laissez pas de grumeaux (au pire, mixez-les pour les enlever). Renversez le tout dans la cocotte, ajoutez le chocolat. Mélangez bien, rectifiez en sel et poivre puis remettez pour 5 minutes au four. Envoyez bien chaud avec une salade verte ou des tagliatelles, une purée, des pommes de terre, etc.