

# metro



## Pâté au bœuf

Évaluer cette recette ★ ★ ☆ ☆ ☆ 2 Votes

6 PORTIONS | 0:20 PRÉPARATION | 3:25 CUISSON | 3:45 TEMPS TOTAL

### Ingrédients

1 Croûte à tarte profonde congelée Tenderflake

60 ml Farine  
(1/4 tasse)

Sel et poivre

15 ml Huile végétale  
(1 c. à soupe)

1 kg Boeuf à ragoût  
(2 lb)

4 Carotte, coupées en dés

3 Pommes de terre, coupées en dés

2 Gousses d'ail, émincées

250 ml Champignon, coupés en quartiers  
(1 tasse)

### Préparation

Préchauffer le four à 150°C (300 °F).

Combiner la farine, le sel et le poivre dans un grand bol.

Ajouter le bœuf à ragoût et bien enduire du mélange.

Chauffer l'huile dans un faitout, à feu moyen-vif.

Ajouter le bœuf et brunir de tous les côtés.

Retirer le bœuf du faitout et mettre de côté.

Ajouter au faitout les carottes, les pommes de terre, l'ail et les champignons et cuire pendant 4 à 5 minutes, en remuant souvent.

Rajouter le bœuf et ajouter le bouillon, le vin, la feuille de laurier et le thym.

Au besoin, ajouter de l'eau pour recouvrir presque toute la viande et les légumes.

Porter à ébullition.

Couvrir et mettre au four préchauffé pendant 2 ½ à 3 heures ou jusqu'à ce que le bœuf soit tendre. Retirer du four.

Élever la température du four à 180 °C (350 °F).

Vaporiser une casserole de 2 L (8 tasses) d'aérosol de cuisson antiadhésif.

Remplir du ragoût de bœuf.

**284 ml** Bouillon de boeuf  
**(10 oz)**

---

**60 ml** Vin rouge  
**(1/4 tasse)**

---

**1** Feuilles de laurier

---

**2** Brins de thym frais

---

**1** Oeuf, légèrement battu

---

## Pâté au bœuf | Metro

Retirer la croûte à tarte de l'assiette d'aluminium et placer délicatement sur le ragoût de bœuf, en pinçant le bord autour de toute la casserole.

Découper 3 petites entailles dans la croûte pour permettre à la vapeur de s'échapper.

Badigeonner la croûte de l'œuf et cuire au four préchauffé jusqu'à ce qu'elle soit brun doré, environ 20 à 25 minutes.

Source : Tenderflake

---

## Accords vins et mets



### Aromatique et souple

Ces vins mi-corsés se distinguent par des tannins souples apportant habituellement une certaine rondeur. Ils sont souvent dominés par des parfums de fruits mûrs ou des notes boisées (pain grillé, café ou vanille).  
Catégorie de produits : vin rouge.

© Société des alcools du Québec, 2007



### Aromatique et charnu

Ces vins corsés à la couleur intense expriment des arômes puissants et complexes de fruits d'épices, parfois accompagnés de notes boisées. Ils présentent une bonne structure tannique et une sensation veloutée en bouche.

© Société des alcools du Québec, 2007

---

## Mentions légales

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---