



Boeuf bourguignon classique

Par Coup de Pouce

Ce plat typique de la Bourgogne, est souvent cuisiné avec avec un pinot noir, produit dans cette région. Et on garde le reste pour le servir avec le repas!

INGRÉDIENTS

- 1 paquet de champignon porcini séchés
- 1/2 tasse d' eau chaude
- 4 oz de bacon haché
- 3 cuillères à table d' huile végétale
- 3 lb de rôties de côtes croisées à braiser, désossé, le gras enlevé et coupé en cubes de 1 1/2 po (4 cm)
- 1 oignon haché
- 1 grosse carotte , hachée
- 2 gousses d'ail hachées finement
- 1/2 cuillère à thé de sel
- 1/2 cuillère à thé de poivre noir du moulin
- 1/3 tasse de farine
- 1 bouteille de vin rouge (pinot noir ou merlot)
- 1 1/2 tasse de bouillon de boeuf
- 3 brins de persil frais
- 2 brins de thym frais
- 2 feuilles de lauriers
- 1 paquet d' oignon perlé
- 1 cuillère à table de beurre
- 3 tasses de champignons blancs frais, parés
- 3 cuillères à table de brandy ou cognac
- 2 c. a tab (30 ml) de persil frais , haché finement

Préparation	45 minutes
Cuisson	210 minutes
Portion(s)	8 portions
Crédits :	Coup de pouce, Cuisine de Noël 2005

VALEURS NUTRITIVES

Par portion

PAR PORTION:
Calories: 405/portion
Protéines: 40 g/portion
Matières grasses: 20 g/portion
Glucides: 13 g/portion
Fibres: 2 g/portion

PRÉPARATION

1. Dans un bol, faire tremper les champignons porcini dans l'eau chaude pendant 30 minutes. Entre-temps, dans une grande cocotte en métal, cuire le bacon à feu moyen-vif, en brassant, de 5 à 8 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Retirer le bacon de la cocotte et le laisser égoutter sur des essuie-tout. Dégraisser la cocotte. Chauffer 1 c. à tab (15 ml) de l'huile. Ajouter le tiers des cubes de boeuf et cuire, en brassant souvent, pendant environ 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Réserver les cubes de boeuf dans un grand bol. Procéder de la même manière avec le reste des cubes de boeuf (au besoin, ajouter le reste de l'huile pour éviter que la viande ne colle). Dégraisser la cocotte. Ajouter l'oignon haché, la carotte, l'ail, le sel et le poivre et cuire à feu moyen pendant environ 3 minutes ou jusqu'à ce que l'oignon ait ramolli. Parsemer de la farine et cuire, en brassant, pendant 1 minute.

2. Retirer les champignons porcini de l'eau et les hacher (réserver le liquide de trempage). Dans la cocotte, ajouter les champignons porcini, le liquide de trempage réservé, le vin et le bouillon. Porter à ébullition en raclant le fond de la cocotte pour en détacher les particules. À l'aide d'une ficelle, attacher les brins de persil et de thym et les feuilles de laurier et les ajouter à la préparation dans la cocotte. Ajouter le bacon égoutté, les cubes de boeuf réservés et le jus accumulé dans le bol. Couvrir et cuire au four préchauffé à 325°F (160°C) de 2 1/2 à 3 heures ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.

3. Entre-temps, dans une casserole d'eau bouillante, cuire les oignons perlés pendant 3 minutes. Égoutter et passer sous l'eau froide. Peler les oignons perlés en conservant la racine. Dans un poêlon, faire fondre le beurre à feu moyen. Ajouter les oignons perlés et cuire pendant environ 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Mettre les oignons perlés dans un bol. Ajouter les champignons blancs dans le poêlon et cuire pendant environ 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

4. Retirer le boeuf de la cocotte et le mettre dans un bol. Dans la cocotte, ajouter les oignons perlés, les champignons blancs et le brandy. Porter à ébullition à feu moyen-vif. Réduire le feu et laisser mijoter à découvert, pendant environ 25 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait épaissi et que les oignons perlés soient tendres. Retirer le bouquet de fines herbes (le jeter). Remettre le boeuf dans la cocotte et réchauffer.

(Vous pouvez préparer le boeuf bourguignon à l'avance, le laisser refroidir et le mettre dans un contenant hermétique. Il se conservera jusqu'au lendemain au réfrigérateur ou jusqu'à 2 semaines au congélateur. Réchauffer à feu doux.) Au moment de servir, garnir du persil.