



TRIPES LYONNAISE A LA SAUCE TOMATE

Ingrédients :pour 6 personnes

Préparation : 30 minutes

5 Gousse d'ail (Petite partie d'une tête d'ail)
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de concentré de tomates
50 cl de bouillon de volaille ou
de consommé de bœuf
20 gr de Gros sel
Sel, poivre
1 Bouquet garni
4 Carottes
8 Tomates
5 Oignons
2 grands verres de vin blanc sec
1,5 kg de Tripes



Recette:

Mettez vos tripes dans la cocotte. et recouvrez d'eau froide.
Salez au gros sel.
Portez à ébullition 10 mn.
Égouttez et réservez.
Épluchez tous les légumes puis les couper en petits morceaux.
Faites chauffer de l'huile d'olive dans une cocotte.
Ajoutez tous les légumes en les faisant revenir sans coloration.
Mettez ensuite vos tripes coupez en morceaux.
Ajoutez l'ail dégermer ,le bouquet garni et le concentré de tomate.
Ajoutez 2 grands verres de vin blanc sec.
Ajoutez 50 cl de bouillon de volaille ou de consommé de bœuf
Laissez cuire à feu doux.
Au terme de 2h30 de cuisson, piquez à l'aide d'une fourchette les tripes pour vérifier la cuisson.
verifier l'assaisonnement en sel et poivre à votre convenance
Laissez mijoter jusqu'à ce que la fourchette rentre facilement dans les tripes.
Servir très chaud accompagné de pommes vapeur.

Bon Appétit