

## **RECETTE CUISINE des GONES**

### **TRIPES LYONNAISE A LA SAUCE TOMATE**

Ingrédients :

- Préparation : 30 minutes
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomates
- 20 gr de Gros sel
- Sel, poivre
- 1 Bouquet garni
- 4 Carottes
- 8 Tomates
- 5 Oignons
- 2 grands verres de vin blanc sec
- 1,4 kg de Tripes \*

**Recette:**

- Mettez vos tripes dans la cocotte. et recouvrez d'eau froide.
- Salez au gros sel.
- Portez à ébullition 10 mn.
- Egouttez et réservez.
- Coupez 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 le bouquet garni et le concentré de tomate.
- Ajoutez 2 grands verres de vin blanc sec.
- Laissez cuire à feu doux.
- Au terme de 2h30 de cuisson, piquez à l'aide d'une fourchette les tripes pour vérifier la cuisson.
- Laissez mijoter jusqu'à ce que la fourchette rentre facilement dans les tripes.

Servir très chaud accompagné de pommes vapeur.

**\* Il s'agit de gras double déjà préparé et précuit, il est souvent vendu ainsi.**

**Pour du gras double cru une cuisson de 4 heures est nécessaire au préalable**

**Bon Appétit**