



**Daube de bœuf**  
**Recette de Florence Périer ,du Café du peintre**

**Ingrédients:** pour 4 personnes

1 kg de bœuf (jarret ou paleron),  
1 kg de carottes,  
4 tomates,  
1 orange,  
1 oignon,  
150 g de lard fumé,  
1 litre de vin rouge,  
1 bouquet garni (thym, laurier, sauge dans une feuille de poireau),  
sel, poivre.

**Recette:**

Faire couper, par votre boucher, le bœuf en petits morceaux d'environ 5 cm.  
Faire rissoler, à la poêle, les morceaux de bœuf sur toutes les faces,  
sans trop de coloration.  
Faire chauffer une cocotte en fonte et verser les morceaux colorés,  
puis le lard coupé en petits dés.  
Ajouter le vin rouge.  
Porter à ébullition de façon à faire évaporer l'alcool et ajouter le bouquet garni.  
Éplucher et couper les carottes en gros biseaux.  
Couper les tomates en cubes.  
Prélever les zestes de l'orange, sans prendre le blanc,  
et presser l'orange afin d'obtenir le jus.  
Mettre les zestes et le jus dans la casserole.  
Laisser mijoter à feu très doux, en remuant souvent.  
Il faut compter au minimum trois heures de cuisson.  
Si la viande n'est pas encore complètement compotée,  
poursuivre la cuisson en continuant à remuer de façon régulière.  
Servir en assiette creuse ou dans un cercle pour donner à la daube une forme cylindrique.  
Les astuces du chef : cette recette peut être réalisée la veille.  
Pour réchauffer ce plat, mettre un peu d'eau au fond d'une casserole  
et ajouter la daube en remuant constamment.  
Pour la garniture, des petites pommes délicates, cuites vapeur, seront idéales.



**Bon Appétit**