

RECETTE DE CUISINE DES GONES

BOEUF GROS SEL



Temps Total : 215 minutes
Temps de préparation : 35 minutes
Temps de cuisson : 180 minutes

Ingédients : Pour 4 Personne(s)

1 kg de paleron,
1 os à moelle,
6 petits navets,
6 carottes moyenne,
3 poireaux moyen,
1 oignon jaune,
3 clous de girofle,
1 branche de céleri,
3 feuilles de laurier,
Tiges de persil plat,
1 cuillère à soupe de gros sel,
10 grains de poivre noir.

Préparation de la recette Bœuf gros sel (variante)

Peler l'oignon et le piquer avec 3 clous de girofle.

Nouer les tiges de persil avec une ficelle ou un élastique de cuisson.

Ficeler la viande ou l'entourer d'un élastique de cuisson.

Placer la viande dans un grand faitout avec l'oignon, le persil, le laurier, la branche de céleri coupée,

les grains de poivre et le sel.

Recouvrir d'eau à hauteur environ 2 litres

Porter à ébullition et écumer jusqu'à ce qu'il ne se forme plus d'écume.

Couvrir et laisser cuire à tout petits frémissements pendant au moins deux heures.
Ajouter alors les carottes et les navets pelés et laisser cuire 30 minutes supplémentaires.

Passé ce temps, couper le vert des poireaux,
les trancher en deux, les rincer pour ôter tout la terre et les ajouter au pot-au-feu.
Cuire 30 minutes supplémentaires.

Filtrer le pot au feu au chinois.

Retirer l'oignon, le persil, les feuilles de laurier.
Placer les carottes, navets et poireaux dans un plat de service.
Retirer la ficelle de la viande et la détailler en gros morceaux.
Enlever les parties gélatineuses, il s'agit du nerf qui a cuit
et disposer la viande avec les légumes.
Servir ce pot-au-feu avec des pommes de terre.

Source: <https://www.recettes-et-terroirs.com>

Auteur : Pierre Marchesseau

Bon Appétit