

Joue de boeuf en daube

Pour 4 personnes

Ingrédients :

600 g de joue de boeuf
1 oignon
1 carotte
2 gousses d'ail
25 cl de vin blanc sec
25 cl de vin rouge
huile d'olive
thym
250 g de tomates concassées
50 ml de bouillon de poule
Sel, poivre, 1 morceau de sucre

Préparation :

Couper la joue en gros dés. La ranger dans un plat creux, ajouter l'oignon et la carotte coupés en rondelles, l'ail écrasé, le thym, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, le vin blanc et le rouge. Laisser mariner au frais toute la nuit.

Le lendemain, éponger rapidement la viande, dans une sauteuse, mettre la joue, faire revenir sur toutes les faces dans

2 cuillères à soupe d'huile d'olive, réserver.

Récupérer les rondelles de carotte et d'oignon, les recouper en brunoise, faire revenir.

Remettre la viande, déglacer avec la marinade, ajouter le bouillon, les tomates concassées, le sucre, le sel, le poivre.

Laisser cuire à feu doux 3 heures .

Servir avec des pâtes.