

Ragout Irlandais; bœuf, carotte, orge et Stout

Recette pour 4 personnes

Description

Parfait pour célébrer la Saint Patrick!

L'astuce du chef

L'utilisation de l'onglet permet une texture similaire a une autre pièce de boeuf plus traditionnelle pour un ragout (paleron, macreuse...) et offre un temps de cuisson plus rapide.

Vous pouvez toutefois utilisez la pièce de viande qui vous plait, il vous faudra seulement ajuster le temps de cuisson en conséquence.

Ingrédients

Ragoût

- 450 Gr Onglet de boeuf
- 1 Unité(s) Oignon
- 3 Unité(s) Carotte
- 2 Gousse(s) Ail
- 0.50 Tasse(s) Orge perlé
- 1 Branche(s) Romarin
- 300 Ml Bière guinness
- 2 Tasse(s) Bouillon de bœuf
- 1 Cuil. à soupe Pâte de tomate

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Mise en place

Taillez l'oignon en brunoise, les carottes en quart de rondelles et les onglets en cubes grossiers. Hachez finement les gousses d'ail.

Cuisson

Dans une cocotte très chaude a feu vif, versez un filet d'huile de canola et saisissez les cubes de viandes, assaisonnez de sel et de poivre du moulin. Une fois coloré, baissez le feu a moyen vif, ajoutez l'oignon et les carottes et faites les suer quelques minutes avec une pincée de sel.

Ajoutez l'ail haché et la branche de romarin entière et laissez cuire encore quelques minutes.

Poussez les ingrédients sur les cotés de la cocotte pour laisser un vide au milieu et y mettre la pâte de tomate, la torréfier environ 1 minute et mélangez le tout.

Déglacez avec la guinness, amenez a ébullition et faites réduire de moitié. Ajouter le bouillon de boeuf, amener a ebullition et laisser cuire a frémissement pendant 30 minutes.

Goutez l'assaisonnement, rectifiez si nécessaire puis ajoutez l'orge perlé. Mélangez, ramener a frémissement et cuire un autre 30 minutes ou jusqu a ce que l'orge soit cuite.

Vérifiez une dernière fois l'assaisonnement et servez.

Bon appétit!

Bon appétit!