

POT-AU-FEU

Ingrédients pour 6 personnes

5 litres d'eau
700 gr de jarret avec os ou de plat de cotes
800 gr de joue de bœuf ou macreuse ou collier
1 os à moelle
1 oignon
2 clous de girofle
5 carottes
6 pommes de terre.
2 blancs de poireaux
2 navets
1 branche de céleri
2 gousses d'ail
1 chou
1 bouquet de persil plat
bouquet garni
Sel, poivre



La recette

- 1/Rincer les viandes à l'eau froide.
- 2/Les mettre dans un grand fait tout et les couvrir d'eau, porter à ébullition. Ensuite écumer et enlever le maximum d'impuretés. Puis ajouter une petite poignée de gros sel et cuire 90 minutes à frémissement.
- 3/Pendant ce temps laver, éplucher et couper les légumes en morceaux.
- 4/Ajouter les légumes et les aromates puis prolonger la cuisson pendant 2 heures à frémissement.
- 5/Ajouter l'os à moelle 10 minutes avant de servir le pot au feu.

Conseil

- 1/Servez le bouillon de cuisson du pot au feu avec des vermicelles en soupe en entrée.
- 2/Vous pouvez servir la viande et les légumes accompagnés d'une sauce Tortue, de cornichons, de moutarde et de gros sel.

La bonne recette de gùitounne