

Paleron de bœuf *au vin rouge*

Le paleron de bœuf (à préparer la veille)

Pèle les oignons, les échalotes et la carotte. Taille le tout en grosse mirepoix. Préchauffe le four à 180 °C (th. 6). Assaisonne le paleron et fait-le revenir de tous côtés à l'huile d'olive. Ajoute la mirepoix de légumes et fait-la colorer avec les gousses d'ail écrasées en chemise. Dégraisse, ajoute le concentré de tomate puis la farine, mélange et laisse cuire 4 minutes en prenant soin de ne pas brûler les sucs. Déglace avec le vin rouge. Complète avec de l'eau si nécessaire. Ajoute le bouquet garni, assaisonne et porte à ébullition. Enfourne la cocotte avec son couvercle pendant 4 heures environ en baissant progressivement la température du four à 150 °C (th. 5). Au terme de la cuisson, égoutte la viande, passez la sauce au chinois..

Finition et présentation

Pare la viande de ses parties grasses, découpe-la en tranches épaisses et fait-la réchauffer dans un peu de sauce à feu doux à couvert. Dispose une tranche nappée de sauce dans chaque assiette et dépose une cuillerée de condiment d'oignons ainsi qu'une tranche de lard. Décore de quelques pluches de persil plat huilé. Accompagne cette préparation d'une purée de pommes de terre ou de pommes vapeur.

Pour six:

- 1 morceau de paleron de 1,2 kg
- 75cl de vin rouge environ
- 2 oignons
- 2 échalotes
- 1 carotte
- 1 bouquet garni
- 3 gousses d'ail
- 25 g de concentré de tomate
- 20 g de farine
- huile d'olive
- sel, poivre concassé

