



Ingrédients pour 6 personnes

502

1,2 kg de macreuse ou de paleron de bœuf  
1 oignon  
3 c. à s. d'huile d'olive  
1 c. à s. bombée de farine  
1 l de bouillon de légumes  
1 bouquet garni  
4 brins de thym  
1 kg de carottes  
sel, poivre

Coupe la viande en gros cubes de 4 cm environ; pèle et émince l'oignon. Fais chauffer l'huile dans une cocotte et fais-y revenir l'oignon avec la viande. Saupoudre de farine, mélange bien, sale et poivre. Arrose avec le bouillon de légumes, ajoute le bouquet garni et le thym, couvre et laisse mijoter 1 h. Pèle les carottes et coupe-les en rondelles. Incorpore-les dans la cocotte, sale, poivre et laisse mijoter encore 2 h à feu très doux. Verse de l'eau à fleur à mi-cuisson si nécessaire. En fin de cuisson, ôte le bouquet garni, rectifie l'assaisonnement et présente la cocotte directement sur la table.

Boeuf  
*Carottes*