

Pot-au-feu de la récolte



Plus de 60 minutes



Rendement : 4 portions

Préparation : 20 minutes

Exécution : Facile

Cuisson : 2 heures 30 minutes

Ingrédients

- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive Compliments
- 675 g (1 1/2 lb) de cubes de boeuf
- 30 ml (2 c. à soupe) de farine
- 2 l (8 tasses) de bouillon de boeuf
- 10 ml (2 c. à thé) de thym séché
- 1 feuille de laurier
- 6 carottes tranchées en morceaux
- 1 oignon espagnol coupé en quatre
- 1 navet moyen coupé en dés
- 1 chou moyen coupé en quatre
- 8 pommes de terre grelot blanches
- 220 g (1/2 lb) de haricots verts et jaunes
- Sel et poivre au goût

Dans une grande casserole à fond épais, faire chauffer l'huile à feu vif. Faire revenir les cubes de boeuf de 4 à 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés de tous les côtés.

Ajouter la farine et poursuivre la cuisson 2 minutes en brassant continuellement.

Verser le bouillon de boeuf graduellement en continuant de brasser. Ajouter le thym et la feuille de laurier. Couvrir et diminuer l'intensité du feu à moyen-doux. Laisser mijoter 2 heures ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.

Ajouter les carottes, l'oignon, le navet, le chou et les pommes de terre, et poursuivre la cuisson de 30 à 45 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient cuits mais encore croquants. Ajouter les haricots 15 minutes avant la fin de la cuisson.