

Bœuf-carotte

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 1 heure et 40 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 800 g de viande bovine collier poitrine paleron
- 200 g de lardons fumés
- 50 g de concentré de tomates
- 4 carottes
- 240 g de riz parfumé Basmati

L'épicerie :

- 1 filet d'huile d'olive vierge extra
- 2 oignons
- 1 bouquet garni
- 2 gousses d'ail
- 50 cl d'eau
- sel, poivre

Couper la viande en morceaux de taille égale.

La faire revenir dans une cocotte en fonte, avec l'huile d'olive.

Une fois les morceaux revenus de tous les côtés, les retirer et y faire revenir les oignons émincés et les lardons.

Préparer le bouillon de bœuf avec 1/2 litre d'eau.

Ajouter la viande dans la cocotte, y verser le bouillon, le concentré de tomates, les carottes épluchées et coupées en tronçons, l'ail et les herbes.

Assaisonner avec du sel et du poivre, mélanger et laisser mijoter 1h30 à feu doux.

Pendant ce temps cuire le riz et le servir avec le bœuf-carotte.

Carottes à la carbonara

Temps de préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 6 carottes de taille moyenne
- 2 jaunes d'œuf
- 1 oignon
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche
- 100 g de lardons fumés
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Eplucher les carottes et les couper en rondelles.

Découper les oignons en petits morceaux.

Mettre une noix de beurre dans une sauteuse et y faire revenir les 2 légumes durant 3 mn à feu fort.

Ajouter 20 cl d'eau, baisser le feu, couvrir et laisser cuire une dizaine de minutes (vérifier que cela n'attache pas et ajouter de l'eau si nécessaire).

Quand c'est cuit, ajouter les lardons ; les faire cuire 2-3 mn puis sur feu très doux ajouter les jaunes d'œuf mélangés à la crème.

Saler légèrement, poivrez.

Laisser chauffer 3 mn en remuant et servir.