

# Sauté de joue de boeuf au citron

**Difficulté :** Facile

**Préparation :** 25 min / **Cuisson :** 2 h 30

## Ingrédients pour 2 personnes :

- |                              |                                  |
|------------------------------|----------------------------------|
| ✓ 300 g de joue de boeuf     | ✓ 1 échalote                     |
| ✓ 1 citron                   | ✓ 1 oignon                       |
| ✓ 50 g de sucre              | ✓ 1 bonne pincée de thym         |
| ✓ 50 cl de vin rouge         | ✓ 1 brin de romarin              |
| ✓ 15 cl de coulis de tomates | ✓ 1 cuil à soupe de farine       |
| ✓ 1 cuil à soupe de miel     | ✓ 1 cuil à soupe d'huile d'olive |
| ✓ 2 carottes                 | ✓ Sel / Poivre                   |

## Préparation : *Recettes de Caline*

Coupez la joue de boeuf en petits cubes et farinez-les.

Pelez et taillez les carottes en brunoise.

Pelez et ciselez l'échalote ainsi que l'oignon.

Ôtez le zeste du citron, le couper en petits morceaux, pelez le citron à vif et coupez-le en rondelles assez fines

Dans une cocotte, faites rissoler les morceaux de viande dans de l'huile d'olive à feu vif.

Retirez-les et réservez-les.

Remplacez-les par les carottes, l'échalote et l'oignon et faites-les suer sur feu moyen.

Mouillez avec le vin rouge, le coulis de tomates et le miel. Portez à ébullition, ajoutez les cubes de viande et les zestes de citron. Salez, poivrez.

Couvrez la cocotte et laissez cuire à feu très doux 2 h 30.

Pendant ce temps, mettez les rondelles de citron dans une casserole, avec le sucre, le thym et le romarin, couvrez d'eau à hauteur et faites-les confire à feu doux.

A la fin de la cuisson, ajoutez les tranches de citrons dans la cocotte et servez accompagné de pommes de terre

**Bon appétit à toutes & tous !!**