

Le jarret de boeuf charolais cuit fondant,
Tagliatelles de carottes bio à la moutarde de Dijon

Ingrédients pour 6 personnes

- 1.6kg paleron de boeuf
- 600g carotte bio
- 1 cuiller de moutarde de Dijon
- 5cl crème fraîche
- Garniture aromatique : carottes, échalotes, 1 bouquet garni, 1 cuiller concentré de tomates)
- 5cl vinaigre balsamique
- 2cl huile
- Sel, poivre du moulin
- &jus d'une orange

Progression de la recette

- Saisir le paleron de boeuf à l'huile
- Ajouter la garniture aromatique taillée en dés
- Colorer, ajouter la cuiller de concentré de tomates
- Déglacer au vinaigre balsamique
- Mouiller à hauteur d'eau
- Mijoter environ 6 H
- Eplucher et tailler les carottes en lamelles
- Blanchir à l'eau bouillante environ 2mn
- Egoutter
- Dfficeler le paleron encore chaud
- L'enrouler dans un film alimentaire et serrer
- Refroidir et tailler en grosses tranches
- Passer le jus au chinois
- Réduire le jus de deux tiers
- Ajouter 1dl de jus d'oranges (pour l'acidité)
- Ajouter les lamelles de carottes dans le mélange crème et moutarde
- Terminer la cuisson environ 2mn
- Chauffer les grosses tranches de paleron de boeuf en arrosant de jus de cuisson
- Enlever le film alimentaire
- Dresser en assiette creuse le paleron, les lamelles de carottes sur le dessus du jarret, Arroser de jus
- Agrémenter de quelques pousses

Temps de préparation : 30mn

Temps de cuisson : 6 H

