

# Mijoté de boeuf à la bière



Préparation : 30 min

Cuisson : 3 h 15 min

Portions : 6

Se congèle

## Ingrédients

- 1 kg (2 lb) de palette de boeuf désossée, coupée en cubes
- 30 ml (2 c. à soupe) de beurre
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 1 gros oignon, pelé et coupé en 12 quartiers
- 30 ml (2 c. à soupe) de farine tout usage non blanchie
- 440 ml de Guinness ou autre bière au choix
- 375 ml (1 1/2 tasse) de bouillon de boeuf ou de poulet
- 1 navet moyen, pelé et coupé en gros cubes
- 4 carottes, pelées et coupées en tronçons
- 4 pommes de terre, pelées et coupées en gros cubes
- 125 ml (1/2 tasse) de pruneaux séchés coupés en dés
- 125 ml (1/2 tasse) de persil plat ciselé (facultatif)
- Sel et poivre

## Préparation

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 165 °C (325 °F).
2. Dans une grande casserole ou cocotte allant au four, dorer la viande dans le beurre et l'huile. Saler et poivrer. Réserver la
3. viande sur une assiette.
4. Dans la même casserole, dorer l'oignon. Ajouter de l'huile au besoin. Saupoudrer de farine et bien mélanger. Déglacer
5. avec la bière et porter à ébullition en remuant.
6. Remettre la viande dans la casserole. Ajouter le bouillon, le navet, les carottes et porter à ébullition. Saler et poivrer.
7. Couvrir et cuire au four 2 heures. Ajouter les pommes de terre, les pruneaux et bien mélanger.
8. Couvrir et poursuivre la cuisson environ 1 heure ou jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites et que la viande se
9. défasse à la fourchette. Ajouter le persil et rectifier l'assaisonnement. Si désiré, servir avec de la crème sure.

Note :

Le classique «Irish Stew» se préparait à l'origine avec du mouton, des légumes racines et de l'eau. Après la grande famine de 1845m et l'émigration d'une partie de la population, le plat se transforme et inclut des ingrédients plus faciles à trouver dans le pays d'accueil, notamment du boeuf.

Finalement, on remplace l'eau par la Guinness, bière phare de la culture irlandaise. Pour cette recette, vous pouvez bien sûr utiliser la bière de votre choix.