

## Carbonade Flamande

Temps de préparation 20 min

Temps de cuisson 03H00

Temps de repos 1 jour

Pour 6 personnes

### Ingrédients

-  1,5 kg de viande à bourguignon (paleron, jumeau..)
-  5 gros oignons
-  1 cuillère à café de farine
-  1 cuillère à café de fond brun (se trouve en boîte en supermarché comme du fond de veau ou du fond de volaille)
-  3 c. à café de cassonade brune
-  3 c. à café de vinaigre
-  1 c. à café moutarde
-  75 cl de bière
-  50 g de saindoux (ou margarine)
-  sel, poivre

### Préparation

-  Taillez les oignons en rondelles. Découpez la viande en cube de +/- 4cm de côté.
-  Faites fondre le saindoux dans une grande casserole.
-  Saisissez la viande dans le saindoux à feu vif jusqu'à coloration complète des morceaux de viande.
-  Une fois bien dorée, retirez la viande et réservez-la. Dans la même casserole saisissez les oignons que vous aurez préalablement épluchés et coupés en rondelles.
-  Puis remettez la viande dans la casserole. Salez, poivrez et ajouter la farine.

Recette Voix du Béarn 95.10 FM

- ✚ Ajoutez la moutarde et le fond brun. Ajoutez la cassonade brune puis le vinaigre.
- ✚ Et enfin, mouillez avec la bière (ajoutez de la bière pour couvrir les morceaux de viandes).
- ✚ Couvrez et laissez cuire 2 heures à feu doux. Réservez la carbonade cuite couverte au frais.
- ✚ Le lendemain, réchauffez la carbonade pendant 1 heure à feux doux avant de servir

Bon appétit