

# Recette Traditionnelle du Bœuf Bourguignon

---

## Ingrédients (pour 6 personnes)

- 1,5 kg de bœuf à braiser (paleron ou macreuse), coupé en cubes
- 200g de lardons fumés de qualité
- 250g de champignons de Paris frais
- 2 carottes coupées en rondelles
- 1 gros oignon émincé
- 75cl de vin rouge corsé (Bourgogne ou Côtes-du-Rhône)
- 50cl de fond de veau
- 2 gousses d'ail écrasées
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 2 cuillères à soupe de farine
- Huile d'olive, sel et poivre du moulin

## Matériel nécessaire

- Une cocotte en fonte (indispensable pour une cuisson lente)
- Une planche à découper
- Un couteau de chef
- Une louche

## Étapes de préparation

- Faire dorer les lardons dans la cocotte, puis ajouter les morceaux de bœuf pour les faire colorer sur toutes les faces.
- Ajouter les carottes et l'oignon, laisser suer pendant 5 minutes.
- Saupoudrer avec la farine (singer) et remuer pendant 2 minutes pour cuire la farine.
- Verser le vin rouge et le fond de veau jusqu'à recouvrir la viande.
- Ajouter l'ail et le bouquet garni, saler et poivrer.
- Couvrir et laisser mijoter à feu très doux pendant 3 heures minimum.
- Ajouter les champignons émincés 30 minutes avant la fin de la cuisson.

## Le Bon Plan Vin : Conseils d'expert

- Accord mets-vin : Utilisez le même vin pour la cuisson et pour le service afin d'assurer une harmonie parfaite.
- Sélection : Inutile de choisir un grand cru, mais évitez les vins d'entrée de gamme trop acides. Un Bourgogne Pinot Noir ou un vin de la Vallée du Rhône apportera la structure nécessaire.
- Astuce économie : Achetez vos bouteilles en lot lors des foires aux vins pour réduire le coût de revient de votre plat.
- Service : Pensez à ouvrir la bouteille de vin une heure avant le repas pour l'aérer, cela sublimerait les arômes de votre sauce.