

Recette Traditionnelle : La Carbonnade Flamande (Façon Estaminet)

Présentation

- La Carbonnade Flamande est le plat emblématique des estaminets du Nord.
- Une recette mijotée, riche en saveurs, où la bière brune et le pain d'épices créent une sauce onctueuse et caramélisée.
- Temps de préparation : 30 minutes
- Temps de cuisson : 3 heures minimum

Ingrédients (pour 6 personnes)

- 1,5 kg de bœuf à braiser (paleron, macreuse ou gîte)
- 500g d'oignons jaunes émincés
- 75cl de bière brune du Nord (type bière d'abbaye)
- 2 à 3 tranches de pain d'épices
- 2 cuillères à soupe de moutarde forte
- 50g de cassonade (vergeoise brune)
- 50g de beurre demi-sel
- 2 feuilles de laurier et 2 branches de thym
- Sel et poivre du moulin

Matériel nécessaire

- Une grande cocotte en fonte (idéale pour une cuisson lente)
- Une planche à découper et un couteau de chef
- Une spatule en bois
- Une écumoire

Étapes de préparation

- Coupez la viande en gros cubes réguliers et épongez-les avec du papier absorbant.
- Faites fondre le beurre dans la cocotte et faites dorer les morceaux de viande sur toutes les faces. Réservez.
- Dans la même cocotte, faites revenir les oignons émincés jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

- Remettez la viande, saupoudrez de cassonade et laissez caraméliser quelques instants.
- Déglacez avec la bière brune en grattant bien les sucs au fond de la cocotte.
- Tartinez généreusement les tranches de pain d'épices avec la moutarde et déposez-les sur la viande (côté moutarde vers le bas).
- Ajoutez le thym, le laurier, salez et poivrez.
- Couvrez et laissez mijoter à feu très doux pendant 3 heures. La sauce doit épaissir et la viande doit être fondante.

Conseils de dégustation

- Servez impérativement avec des frites fraîches maison, doublement cuites.
- Accompagnez d'une petite salade verte croquante pour équilibrer le gras du plat.
- La carbonnade est encore meilleure réchauffée le lendemain.
- Accord mets-vin : Dégustez avec la même bière brune que celle utilisée pour la cuisson.