

Boeuf Bourguignon

Scris de Sighet Online

Sâmbătă, 19 Noiembrie 2011 07:25 - Ultima actualizare Sâmbătă, 19 Noiembrie 2011 07:50



Este o cunoscuta reteta frantuzeasca care are la baza carne de vita preparata in vin rosu si garnisita cu legume, ciuperci, usturoi. **Ingrediente** 130 gr bacon taiat fasii 800 gr carne vitel/porc taiata cubulete

4 linguri faina

2 cepe mari

2 morcovi mari

6 catei usturoi

4 1/2 cani supa vita (folositi supa de pui sau apa in lipsa)

de 1 deget in cana coniac

250 ml vin rosu sec

250 gr ciuperci intregi sau taiate in doua (in functie de marime)

1 lingura rasa cimbru

1 foaie dafin

1/2 lingura zahar brun

o lingura cu varf pasta de tomate (sau 1/2 cana bulion)

sare, piper

ulei

1 lingura unt

Portii: 6

Preparare

Se pune baconul intr-o oala fara grasime si se prajeste cam 5 min., pana e crocant. Se scoate pe servetele de hartie pt. a se absorbi grasimea.

Carnea se introduce impreuna cu faina intr-o punga si se scutura sa se acopere bine. Se scoate carnea din punga scuturandu-se bine excesul de faina.

Se prajeste carnea in oala in care a fost baconul, in cateva ture ca sa nu fie ingramadite (3 min/tura). Daca le-ati ingramadi in oala, bucatile de carnea s-ar inabusi, nu s-ar praji frumos. La fiecare tura de carne prajita adaugati putin ulei in oala daca e nevoie. Se scoate carnea din oala, se pune peste bacon si se tine calda acoperind vasul.

Se adauga ceapa tocata si morcovii rondele si se soteaza in aceeasi oala (8 min). Se adauga usturoiul strivit si se mai lasa 1 min. Se scot legumele sotate peste carne.

Se pune 1/2 cana supa si coniacul in oala si se fierbe dand cu lingura pe fund sa se dizolve grasimea. Se fierbe 8 min. Se adauga baconul, carnea, legumele in supa, apoi turnam vinul, cimbrul, dafinul, zaharul, pasta de rosii, cam 1 1/2 lingurite sare si 1/4 lingurita piper si supa ramasa.

Se aduce la fierbere, se acopera cu un capac si se da la foc mediu spre mic (doar cat sa bolboroseasca continutul oalei). Se fierbe pana carnea e facuta (cam 2 1/2 ore pentru vitel, mai putin pentru porc).

Ciupercile se calesc pana sunt rumene in 3 linguri ulei amestecate cu unt, care in prealabil au fost incinse bine. Cand e gata tocanita se adauga in oala se amesteca si se stinge focul.

Serviti cu cartofi natur sau orez.