

Bœuf Bourguignon (ou mieux : estouffade de bœuf bourguignonne)

Éléments principaux		Autres éléments
Choix des morceaux	Quantité	
BŒUF - Gîte à la noix - Aiguillette baronne - Tendron - Salière - Jumeaux - Macreuse - Surlonge - Collier - Joutes	16 morceaux de 75 à 100 g d'une ou de plusieurs de ces variétés <i>Nota : il n'est pas recommandé de mélanger de la joue avec une autre viande (temps de cuisson différent).</i> <i>Les joutes de bœuf sont souvent cuites entières</i>	Éléments du rissolage - 1 dl d'huile Garniture aromatique - 150 g de carottes - 200 g d'oignon - 2 à 4 gousses d'ail selon qu'il doit ou non dominer - 1 bouquet garni Sauce - 50g de farine - 1 litre de vin rouge (en principe, un vin de Bourgogne) - 1 litre de fond brun de bœuf clair (ou, à défaut, de fond brun de veau) <i>Nota : si on ne dispose pas de fond brun, augmenter les quantités de vin d'autant.</i> Assaisonnements - gros sel - poivre blanc du moulin Garniture Bourguignonne 1) petits champignons sautés - 300 g de champignons « boutons » ou, à défaut, de champignons de Paris - 30 g de beurre - Sel fin 2) lardons - 250 g de poitrine de porc demi-sel (soit 4 tranches de ½ cm d'épaisseur) - 2,5 cl d'huile (1 cuillère) 3) petits oignons glacés à brun - 250 g de petits oignons « grelots » - 25 g de beurre - 1 pincée de sucre - Sel Présentation - 20 g de persil (2 cuillerées de persil haché)

L'estouffade de bœuf

Nota : En grosse quantité, l'évaporation est, proportionnellement, moins importante qu'en petite quantité. Il est donc recommandé de limiter à hauteur les quantités de mouillement et d'ajouter, si besoin, du fond brun clair en cours de cuisson.

- 1) Faire rissoler fortement les morceaux (préalablement ou non marinés), à la poêle, sur toutes leurs faces, dans le corps gras très chaud, en évitant de remuer trop souvent (**Nota :** *Faire chauffer le récipient avant d'y mettre le corps gras*)
- 2) Dégraisser à fond
- 3) Ajouter la garniture aromatique (oignons et carottes taillés en mirepoix (gros cubes)) et la faire revenir à blanc (sans coloration)
- 4) Singer (saupoudrer avec la farine) et faire torréfier au four quelques minutes jusqu'à obtention d'un roux brun
- 5) Déglaçer avec le vin rouge et remuer constamment jusqu'à la reprise de l'ébullition puis faire bouillir quelques minutes
- 6) Ajouter, le cas échéant, le fond brun clair
- 7) Porter rapidement à ébullition en remuant souvent
- 8) Adjoindre le reste de la garniture aromatique (ail écrasé, bouquet garni) et l'assaisonnement
- 9) Couvrir et cuire à four chaud (200°, TH -6-7) pendant un temps déterminé par la nature et la qualité de la viande (de 1 heure à 2 heures) en surveillant de temps en temps
S'il n'est pas possible d'effectuer la cuisson four, cuire lentement sur le coin du feu, en remuant de temps en temps
- 10) Au terme de la cuisson, décanter la viande dans un récipient et lui adjoindre la garniture Bourguignonne (lardons blanchis et sautés, petits oignons glacés à brun, champignons sautés)
 - **Si la sauce est trop liquide** réduire rapidement en remuant constamment jusqu'à consistance et volume désirés (1litre pour 8 personnes). Elle doit être nappante.
 - **si la sauce est trop épaisse**, la détendre avec un peu de fond brun clair ou un peu d'eau
- 11) Passer la sauce au chinois sur le tout et mélanger délicatement
- 12) Laisser compoter 10 à 15 minutes doucement sur le coin du feu
- 13) Réserver au chaud au bain-marie jusqu'au moment de servir (Ou faire refroidir rapidement s'il ne doit pas servi rapidement)

Bœuf Bourguignon (ou mieux : estouffade de bœuf bourguignonne)

Dressage

- Dresser en dôme dans un légumier en répartissant harmonieusement la garniture Bourguignonne sur le dessus
- Napper le tout de sauce
- Saupoudrer de persil haché

Nota : le bœuf Bourguignon peut être accompagné de nouilles au beurre, de carottes glacées à blanc, de pommes de terre à l'anglaise ou à la vapeur, de polenta frite, etc...

La garniture Bourguignonne

a) Les petits oignons glacés à brun

Technique préliminaire : le blanchiment des petits oignons

- 1) Immerger les petits oignons à grande eau bouillante
- 2) Porter rapidement à ébullition à découvert
- 3) Maintenir l'ébullition pendant 1 à 5 minutes suivant leur qualité (les petits oignons nouveaux ne sont pas nécessairement blanchis)
- 4) Égoutter et rafraîchir à grande eau froide
- 5) Égoutter aussitôt

Technique de base (cuisson)

- 6) Mettre les légumes dans un sautoir de façon qu'ils ne se superposent pas
- 7) Ajouter le sel, le sucre et le beurre
- 8) Mouiller juste à hauteur avec le consommé blanc ou l'eau.
- 9) Couvrir d'un rond de papier sulfurisé (muni d'un trou) et d'un couvercle
- 10) Cuire doucement pendant 45 mn
- 11) Vers la fin de leur cuisson, les rouler dans leur cuisson réduite à glace jusqu'à ce que les petits oignons soient enrobés d'une couche brillante caramélisée (coloration brun clair).

Méthode pratique

Nota : Cette méthode permet de bien contrôler la cuisson et la coloration des petits oignons, surtout pour les grosses quantités.

- 1) Blanchir fortement les petits oignons pendant 5 minutes – départ à l'eau bouillante et les égoutter.
- 2) Terminer doucement leur cuisson à la poêle et au beurre avec une pincée de sucre et de sel en les remuant fréquemment jusqu'à coloration brun clair.

Nota : Lorsque les petits oignons sont nouveaux, on peut réduire ou même supprimer le blanchiment et les sauter directement au beurre. Le sucre n'est ajouté qu'en fin de coloration.

b) Les champignons sautés

Préparations préliminaires

- 1) Éplucher et laver les champignons
- 2) S'ils sont gros, tailler les champignons en quartiers

Technique

- 3) Faire chauffer la poêle avant d'y ajouter le beurre
- 4) Ajouter le beurre
- 5) Ajouter les champignons par petites parties si la quantité est importante
- 6) Faire sauter vivement en plein feu
- 7) Assaisonner de sel fin quand ils commencent à colorer
- 8) Égoutter à l'aide d'une écumoire lorsqu'ils sont légèrement dorés et cuits

c) Les lardons sautés

Préparations préliminaires

- 1) Couper la poitrine en tranches de ½ cm d'épaisseur et éliminer la couenne et les croquants
- 2) Détailler les tranches en petits bâtonnets de ½ cm de section carrée
- 3) Blanchir les lardons :
 - couvrir à peine d'eau froide
 - Porter rapidement à ébullition
 - Égoutter dès la 1^{ère} ébullition. Ne pas rafraîchir

Technique

- 1) Faire sauter les lardons à la poêle sans les dessécher dans l'huile très chaude
- 2) Égoutter avec une écumoire et les réserver