

POT-AU-FEU TRADITIONNEL



Le pot-au-feu est l'un des plats les plus emblématiques de la cuisine française. Plat paysan à l'origine, il symbolise la cuisine familiale et réconfortante, où l'on laisse longuement mijoter des morceaux de bœuf modestes avec des légumes de saison. Servi traditionnellement en deux temps — le bouillon puis la viande et les légumes — il incarne le partage, la générosité et l'art de tirer le meilleur de produits simples grâce au temps et à la patience.

Infos

- **Temps de préparation:** 30 mins
- **Temps de cuisson:** 180 mins
- **Portions:** 4

Ingredients

- 3 kg de bœuf (flanchet ou plat de côtes avec os, jarret, paleron, basse-côte...)
- 2 à 3 os à moelle
- 4 poireaux
- 8 carottes
- 8 pommes de terre
- 4 navets
- 2 oignons jaunes
- 4 gousses d'ail
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil, branche de céleri)

- Grains de poivre
 - Gros sel
-

Préparation

Etape 1

Déposer les morceaux de bœuf (plat de côtes ou flanchet, jarret, basse-côte et paleron) dans une grande cocotte. Recouvrir de 5 litres d'eau froide, porter doucement à ébullition et écumer soigneusement. Baisser le feu et laisser cuire 2 heures à feu doux. Ajouter ensuite les oignons pelés, le bouquet garni, l'ail, le gros sel et les grains de poivre.

Etape 2

À la reprise de l'ébullition, ajouter les os à moelle préalablement recouverts de gros sel afin qu'ils conservent leur gras. Peler, laver et couper les poireaux, les carottes et les navets en gros morceaux, puis les plonger dans la cocotte en fin de cuisson. Poursuivre la cuisson 1 heure supplémentaire, en écumant régulièrement.

Etape 3

Cuire les pommes de terre séparément, soit en robe des champs, soit dans un peu de bouillon prélevé du pot-au-feu, afin d'éviter qu'elles ne se désagrègent dans la cocotte.

Etape 4

Disposer les viandes et les légumes dans un grand plat de service. Arroser d'un peu de bouillon chaud et ajouter un fin filet d'huile de noisette juste avant de servir.