

BOEUF BRAISE CAROTTES

Pour 4 personnes



*500 g de rosbif de macreuse de palette
500 gr de carottes
1 gros oignons émincés
2 gousses d'ail émincés
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à café de gingembre
1 feuille de laurier
1 branche de thym frais
½ cuillère cannelle
3 cuillères à café de paprika
½ cuillère à café de coriandre
1 cuillère à café de sel
25 cl de bière*

Couper la viande en gros dés de 5 à 6 cm de côté.

Peler et émincer l'oignon et l'ail.

Laver, peler et couper les carottes en rondelles de 5 mm.

Dans une cocotte faite revenir les oignons et l'ail dans l'huile d'olive pendant 1 à 2 minutes.

Ajouter la viande.

Faites colorer les morceaux de viande à feu vif.

Mouiller avec la bière, ajouter les carottes.

Ajoutez les épices, le sel. Couvrez avec la bière.

Fermez la cocotte-minute. Au bout de 5 minutes, la cocotte est sous pression, baissez le feu thermostat 5 et laissez cuire 40 minutes

[Accompagner avec du Riz](#)