

# Boeuf au vin et à l'orange

## INGRÉDIENTS

- 1.2 kg de paleron de boeuf
- 1 bouteille de vin rouge
- 2 oranges
- 3 carottes
- 1 boule de céleri-rave
- 10 petits oignons blancs
- 3 gousses d'ail
- 1 bouquet garni (persil, thym, laurier)
- 1 c. à soupe de persil haché
- 2 c. à soupe d'huile
- Sel, poivre

## PRÉPARATION

1. Tranchez la viande en petits cubes identiques.
2. Épluchez les carottes, le céleri rave et les petits oignons.
3. Ciselez les oignons finement.
4. Coupez les carottes en rondelles et le céleri rave en petits cubes.
5. Épluchez les gousses d'ail.
6. Dans une cocotte à fond épais, faites rissoler la viande dans un peu d'huile quelques minutes puis réservez-la dans un plat chaud. Dans cette même cocotte, faites blondir les oignons ciselés, remettez de nouveau les cubes de viande, ajoutez le vin, les carottes, les dés de céleri, les gousses d'ail entières et le bouquet garni, salez et poivrez.
7. Laissez chauffer à feu vif quelques minutes et portez à ébullition.
8. Couvrez et laissez mijoter 2h30.
9. Pressez les oranges et à la dernière minute arrosez la préparation de jus pressé et parsemez de persil frais haché..

Autres recettes disponibles au

[www.fermeduroseau.ca](http://www.fermeduroseau.ca)