

# Pot-au-feu

POUR 8 PERSONNES

MATÉRIEL

30 MIN DE PRÉPARATION  
3 H 30 DE CUISSON

Fil de cuisine

COÛT €€  
FACILE

1,5 kg de viande de bœuf (paleron, gîte, plat de côtes) • 8 os à moelle • 1 oignon • 3 clous de girofle • 2 feuilles de laurier • 4 brins de thym • 5 brins de persil • 1 cuil. à soupe de gros sel • 1 cuil. à soupe de poivre noir • 8 petits navets • 8 petites carottes • 4 blancs de poireaux • 1 cœur de céleri  
branche **POUR SERVIR** : Moutardes • Cornichons • Gros sel

**1** Mettez la viande et les os à moelle dans une grande cocotte. Épluchez l'oignon et piquez les clous de girofle dessus. Déposez-le sur la viande. Faites un bouquet avec les feuilles de laurier, le thym et le persil. Ficelez avec un fil de cuisine et déposez-le dans la cocotte. Ajoutez le gros sel et le poivre. Remplissez la cocotte d'eau, environ 4 ou 5 litres. Portez à frémissement et laissez mijoter pendant 3 h. Écumez régulièrement.

**2** Pendant ce temps, préparez les légumes. Épluchez les petits navets et les carottes et gardez les entiers. Lavez les blancs de poireaux sous l'eau claire mais sans couper le bout blanc pour qu'ils se tiennent. Passez le cœur de céleri sous l'eau claire.

**3** Au bout des 3 h de cuisson, ajoutez les légumes et laissez encore cuire 30 min.

**4** Servez le bouillon dans des bols, et déposez la viande, les os à moelle et les légumes sur un grand plat.

**5** Dégustez avec des moutardes, des cornichons et du gros sel.

## Variante

Pour une saveur acidulée, ajoutez des pommes de terre et 1 poire.



# Maquereaux à la grecque aux olives noires

• POUR 4 PERSONNES  
• 15 MIN DE PRÉPARATION  
• 1 H DE CUISSON  
• COÛT €  
• FACILE

4 maquereaux de taille moyenne • 4 oignons • 2 citrons (le jus) • 1 cuil. à soupe de thym • 1 cuil. à soupe d'origan • 2 feuilles de laurier • 24 olives noires dénoyautées • Huile d'olive • Sel, poivre

**1** Ouvrez les maquereaux en deux et videz-les. Passez-les sous l'eau claire et séchez-les avec de l'essuie-tout. Épluchez et ciselez finement les oignons.

**2** Versez de l'huile dans la cocotte et faites suer les oignons pendant 5 min. Réservez-les.

**3** Versez à nouveau un peu d'huile d'olive dans le fond de la cocotte et déposez les maquereaux les uns à côté des autres. Couvrez-les avec les oignons. Pressez les citrons et versez le jus sur les maquereaux. Parsemez de thym et d'origan et ajoutez les feuilles de laurier, salez, poivrez et ajoutez les olives. Versez 1 filet d'huile d'olive et 20 cl d'eau. Laissez mijoter à feu très doux pendant 55 min. Vérifiez en milieu de cuisson que cela n'accroche pas et ajoutez un peu d'eau si nécessaire.

## Astuce

Pour que cela n'accroche pas trop, vous pouvez mettre une feuille de papier sulfurisé dans le fond de la cocotte.

