



Carbonnades à la trappiste et Frites Belges Lutosa

Ingrédients (pour 2 personnes)

- § 500 g de Frites Belges Lutosa
- § 500 g de carbonnades de bœuf
- § 1 gros oignon
- § 1 cuillerée à soupe de farine
- § 40 g de beurre
- § 1 bouteille de bière trappiste
- § 1 morceau de sucre
- § 1 cuillerée à soupe de vinaigre d'alcool
- § 1 tranche de pain
- § 1 cuillerée à soupe de moutarde
- § 1 pincée de sel et de poivre
- § 1 branche de thym
- § 1 feuille de laurier

Préparation

- Eplucher l'oignon, le découper en rondelles et le faire revenir avec la viande dans un peu de beurre.
- Saupoudrer la farine sur la viande et faire cuire en remuant.
- Mouiller avec la trappiste et couvrir le tout avec de l'eau. Ajouter ensuite le thym, le laurier, le sucre, le vinaigre, le sel et le poivre.
- Oter la croûte de la tranche de pain, enduire la mie de moutarde et la déposer sur la viande. Faire mijoter pendant 2 heures environ en remuant régulièrement (la mie de pain doit être complètement dissoute dans la sauce).
- Faire cuire les Frites Belges selon les indications du sachet.
- Disposer les carbonnades sur les assiettes et servir.

Conseil: on peut remplacer la trappiste par une autre bière belge

Vin: un Côtes du Rhône rouge

