

# DAUBE A LA JOUE DE BOEUF



Personnes : 4

Préparation : 120 min

Cuisson : 60 min

Repos : 30 min

1 kg de joue de bœuf  
100 g de lardons nature  
500 g de carottes  
500 g d'oignons  
1 gousse d'ail  
500 ml litre de vin  
rouge  
Du thym  
Des olives  
Du laurier  
Huile d'olive  
Quelques zestes  
d'orange

1. Faire tremper la viande 1h dans le vin avec les oignons émincés le thym et le laurier, ainsi que quelques zestes d'oranges.
2. Egouttez la viande.
3. Dans un autocuiseur faire revenir les lardons, les oignons, la joue de bœuf dans de l'huile d'olive.
4. Ajoutez les carottes coupées en rondelles, l'ail entier en chemise ainsi que les olives.
5. Couvrez le volume de viande avec le vin.
6. Laisser cuire 60 minutes. Arrêtez la cuisson, laissez refroidir 30 minutes puis reprendre la cuisson sans couvercle à feu très doux pendant 20 minutes.

**Pour finir ... Dégustez la daube accompagnée d'un gratin dauphinois.**



**BOUCHERIE STB**  
*Ghislain et Caroline GUILLEMIN*  
AVENUE DU PRESIDENT KENNEDY  
60800 CREPY EN VALOIS  
Tél : 03 44 87 05 79