

Difficulté 

Viande : Bœuf

Morceaux : Hampe

Tajine de bœuf aux pommes et safran du Limousin



Recette de Christophe SÉNÉGAS
L'auberge de l'Etang (87-Meuzac)



TEMPS

Préparation : 30 min

Modes de cuisson : à poêler ou griller

Temps de cuisson : 1h30

PARTS

Recette pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 900 g de hampe ou de macreuse ou de bifteck
- 2 pommes
- 60 g d'huile d'olive
- 3 g de safran en pistil
- 10 g de paprika
- 10 g de gingembre
- 10 g de cannelle
- 50 g d'échalotes
- 20 g de miel
- 1 cube de bouillon
- Sel, poivre

PRÉPARATION

1. Mettre à mariner le bœuf découpé en lamelles avec l'huile et les épices durant 2h.
2. Eplucher et découper les pommes en quartiers.
3. Faire revenir le bœuf dans un plat à tajine avec l'huile d'olive, les échalotes finement taillées et les pommes.
4. Ajouter de l'eau, le cube et le miel.
5. Laisser l'eau s'évaporer puis couvrir avec le chapeau et cuire à 200°C environ 40 minutes.
6. Le tajine peut être accompagné d'une purée de pommes de terre à l'huile de noisettes.

Crédit photo