

Estofat de Cabra



Ingrédients pour 4 personnes:

La marinade

2 kg de viande de Chevreau.

500 gr de Carottes.

2 branches de Céleri.

Le jus d'une Orange BIO.

1 Oignons émincés.

3 gousses d'Ail écrasées.

1 Bouquet garni.

3 cuil à soupe d'Huile d'Olive Extra Vierge (Oliflix).

1 petite poignée de Persil haché.

Sel, Poivre.

5/6 baies de Genièvre.

750 cl de Vin rouge corsé.

A ajouter en cour de cuisson

1 kg de Pommes de Terre.

5 Tomates olivettes de pleine terre coupées en gros morceaux.

2 cuil à soupe de farine.

200 gr de lardons fumés.

Huile d'Olive Extra Vierge (Oliflix)

Préparation:

La marinade

- Laver le persil, l'égoutter, le sécher et le ciseler.
- Éplucher les carottes et les couper en morceaux.
- Laver le céleri, l'égoutter, le sécher et le couper en petits tronçons.
- Peler et émincer l'oignon.
- Peler et écraser les gousses d'ail.
- Ajouter les autres ingrédients.
- Réserver au frais pendant minimum 12h.

Cuisson

- Éplucher les pommes de terre et les couper en morceaux.
- Dans une poêle faire griller les lardons à sec.
- Dans un fait-tout, faites chauffer l'huile d'olive.
- Ajouter les pommes de terre et faites-les revenir jusqu'à ce qu'elles deviennent bien dorées.
- Réserver les pommes de terre dans un plat.
- A la place des pommes de terre, mettre la marinade et les lardons.
- Laisser mijoter pendant environ 45 minutes.
- Au bout de 45 minutes, ajouter les tomates, les pommes de terre, saler, poivrer, mélanger et porter à feu vif.
- Poursuivre la cuisson pendant 30 min.
- La viande doit être tendre.
- Ajouter la farine pour épaissir la sauce.
- Servir bien chaud.

Conseils:

Pour cette recette, utilisez un vin rouge corsé. Si vous n'aimez pas le vin rouge, vous pouvez le remplacer par du vin blanc.

Demandez à votre boucher des côtes ou du collier de chevreau