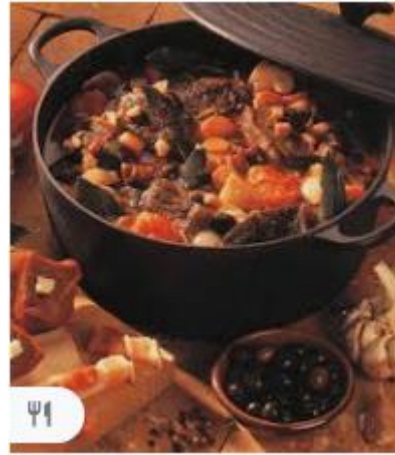


# Joue de bœuf en daube

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 joue de bœuf
- 2 cuillères à soupe de vinaigre
- 50g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 3 oignons
- 3 carottes
- 4 tomates
- 40cl de vin rouge
- 3 gousses d'ail
- 3 piments oiseaux
- 1 bouquet garni
- 2 couennes de lard ficelées en paquet
- Gros sel
- Poivre
- Sel



Les étapes :

1. Déposez la joue de bœuf dans de l'eau froide avec du vinaigre et du gros sel pendant 30 minutes sans chauffer.
2. Faites fondre les oignons émincés dans le beurre pendant 15 minutes. Ajoutez les carottes en rondelles et les tomates coupées en quartiers. Poursuivez la cuisson 10 minutes.
3. Prenez une cocotte. Egouttez la viande et faites-la revenir dans l'huile quelques minutes. Salez, poivrez. Faites chauffer le vin et flambez-le avant de le verser sur la viande.
4. Ajoutez les légumes, l'ail, les piments, le bouquet garni et la couenne.
5. Laissez mijoter 3 heures à petit feu.