

# La popotte d'Eugénie

Rendez-vous dans ma cuisine



## Pot au Feu

Le 16 janvier 2009

1

Voici un plat d'hiver par excellence ! Copieux, équilibré, plein de surprise et au final assez simple à réaliser. Sa seule contrainte, le temps. Pour le réaliser il vous faut environ 4h de disponibilité pour surveiller sa cuisson.

Personnellement je le cuis le soir. Je le lance lors du dîner et je le laisse mijoter tout au long de la soirée pendant que je devore mes livres de cuisine préférés. Par conséquent, point de contrainte.

Autre avantage de ce plat, ce sont toutes les déclinaisons possibles à partir de ses « restes » : Hachi Parmentier, croquettes, risotto, bouillon etc...

Bref, pour une cuisson qui va se faire toute seule, vos dîners de la semaine sont préparés !

Votre panier pour 4 personnes :

500 gr de paleron  
700 gr de macreuse  
250 gr de gîte-gîte  
4 os à moelle  
500 gr de carotte  
200 gr d'oignons  
1 clou de girofle  
5 poireaux  
200 gr de navet  
500 gr de pomme de terre  
100 gr de céleri branche  
1 tête d'ail coupé en deux  
Thym & Laurier  
Gros sel  
Fleur de sel & Poivre



L'autre avantage de cuisiner son pot au feu la veille au soir, c'est que l'on a largement le temps de laisser tremper les os à moelle dans de l'eau glacée au moins 10h.

Parez et ficelez chaque morceau de viande.

Coupez les oignons en deux, sans les éplucher. Déposez les, face coupée sur une feuille d'aluminium déposée sur une poêle. Laissez noircir, puis débarrassez les et plantez y un clou de girofle. Cette étape permettra à votre bouillon d'avoir une jolie couleur ambrée.

Pelez vos carottes et coupez en deux vos poireaux. Rincez-les avec votre céleri, le thym et le laurier. Ficelez le tout ensemble. Conservez les blancs séparément.

Mettez les viandes dans une grande casserole. Mouillez d'eau froide à hauteur.

*Cette recette vous a été proposée par La Popotte d'Eugénie  
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*

Porter à frémissement, écumer soigneusement.

Ajoutez les oignons, une carotte, le bouquet garni et l'ail.

Salez avec du gros sel et couvrir à feu doux pendant 2h30 sans oublier d'écumer régulièrement. Ainsi le bouillon sera très clair.

Épluchez et lavez le reste de vos légumes qui serviront d'accompagnement.

Ajoutez-les avec la viande pour la dernière heure de cuisson.

5 minutes avant de servir plongez-y les os à moelle après les avoir égouttés.

Il ne vous reste plus qu'à dresser !

Pour cela égouttez les légumes entiers et défilez les viandes. Les coupez en tranche épaisses.

2

Dressez dans chaque assiette une tranche de chaque viande, ainsi qu'un os à moelle. Garnissez de légumes. Assaisonnez de fleur de sel et de poivre concassé.

Proposez une moutarde forte pour finir de renouveler ce délicieux plat.



Eugénie

*Cette recette vous a été proposée par [La Popotte d'Eugénie](#)  
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*