

Boeuf aux carottes

Ingrédients (pour 6 personnes)

- Pour le ragoût :
- 1 kg de bœuf
- 1 kg de carottes
- 2 oignons
- 5 échalotes
- 1 c. à soupe de farine
- 30 cl de vin blanc
- 20 cl d'eau
- 2 c. à soupe d'[huile d'olive](#)
- 1 bouquet garni
- sel, poivre
- Pour la purée aux herbes :
- 8 pommes de terre
- 12 cl de lait demi-écrémé
- 15 g de beurre allégé
- basilic
- cerfeuil
- sel, poivre

Préparation

pour Boeuf aux carottes

- 1** Découpez la viande en morceaux.
- 2** Epluchez et émincez les oignons.
- 3** Dans une cocotte, faites chauffer l'huile, puis ajoutez les oignons émincés et faites-les dorer avec les morceaux de viande. Saupoudrez d'une c. à soupe de farine et mélangez bien.
- 4** Versez le vin blanc, l'eau, le [bouquet garni](#). Assaisonnez. Couvrez et laissez mijoter pendant 1 heure.
- 5** Epluchez les carottes et les échalotes. Coupez les carottes en rondelles.
- 6** Ajoutez les carottes et les échalotes dans [la cocotte](#) et poursuivez la cuisson 1 heure.
- 7** Préparez la purée :
- 8** Passez les pommes de terre sous l'eau.
- 9** Remplissez une grande casserole d'eau froide salée et mettez-y les [pommes de terre](#) entières et non pelées. Portez à ébullition et faites cuire 25 min.
- 10** Lavez, séchez et effeuillez les herbes (environ 3 brins de basilic et 3 brins de cerfeuil).
- 11** Égouttez les pommes de terre et laissez-les refroidir. Epluchez-les et écrasez-les à la fourchette.
- 12** Lorsque le ragoût arrive en fin de cuisson, faites réchauffer la purée dans une casserole sur feu doux et versez le lait progressivement en mélangeant. Ajoutez le beurre et mélangez.
- 13** Servez le ragoût accompagné de la purée.