

Bourguignon végétarien



🍴 6 portions · ⌚ prep. 20m · 🕒 cuisson 3h

🌾 gluten 🥚 sulfites

Version végane du bœuf bourguignon avec carottes, champignons, pommes de terre et châtaignes mijotés au vin rouge. Encore meilleur réchauffé.

France

INGRÉDIENTS

□ oignons, émincés	2	□ bouquet garni	1
□ carottes, coupées en rondelles	2 kg	□ gousses d'ail	2
□ huile d'olive	3 càs	□ pommes de terre, en quartiers	1 1/2 kg
□ vin rouge	1 bouteille	□ champignons, émincés	1 kg
□ sucre	3 càs	□ châtaignes cuites, épluchées	400 g
□ farine, bombées	3 càs		

PRÉPARATION

Encore meilleur réchauffé. S'il manque du liquide en cours de cuisson, ajouter un peu d'eau. Pour une version sans gluten, remplacer la farine par de la fécule.

1. Éplucher les oignons et les carottes. Les faire revenir dans une cocotte avec l'huile d'olive.
2. Pendant ce temps, faire chauffer le vin rouge à feu doux dans une casserole. Ajouter le sucre et bien mélanger pour le dissoudre. Couper le feu quand une légère pellicule blanche se forme à la surface.
3. Quand les oignons et les carottes commencent à dorer, retirer la cocotte du feu. Saupoudrer de farine, bien mélanger, puis délayer avec le vin.
4. Remettre sur feu moyen et mélanger jusqu'à ce que la sauce soit liée.
5. Ajouter le bouquet garni et les gousses d'ail. Assaisonner. Laisser mijoter à feu doux et à couvert 120 minutes en remuant régulièrement.
6. Ajouter les pommes de terre, les champignons et les châtaignes cuites. Cuire encore 60 minutes à feu doux et à couvert jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Rectifier l'assaisonnement.