

## Boeuf braisé aux 6 légumes



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 15 mn

**Cuisson** : 45 mn

*La cuisson à l'autocuiseur réduit considérablement le temps de cuisson sans rien enlever aux saveurs de ce plat.*

### Ingrédients

- 1 kg de boeuf - à braiser
- 4 cs d'huile d'olive
- 250 g de carottes
- 250 g de champignons
- 4 poireaux
- 4 pommes de terre
- 1 fenouil
- 250 g de navets
- 2 oignons
- 2 clous de girofle
- 1 brin de thym
- 1 feuille de laurier
- sel
- poivre
- 1 l de bouillon

### Préparation

- 1 Pelez et lavez tous les légumes.
- 2 Dans une cocotte, faites revenir la viande de tous les côtés pendant 10 minutes.
- 3 Ajoutez le bouillon, les oignons, les clous de girofle, le thym, le laurier et tous les légumes, sauf les champignons.
- 4 Salez, poivrez et laissez cuire pendant 45 minutes à partir de la rotation de la soupape.
- 5 Au bout de ces 45 minutes, ouvrez la cocotte et ajoutez les champignons. Laissez cuire encore 15 minutes.
- 6 Sortez la viande et les légumes, réservez.
- 7 S'il reste trop de jus dans la cocotte, faites réduire à découvert puis remettez les légumes et la viande.
- 8 Servez avec des cornichons, du gros sel et de la moutarde.

Proposé par



**victoryne**

je suis retraitée . j'aime cuisiner pour mes proches et amis. Des recettes simples, et d'autres adaptées pour diabétiques dont je fais partie. venez me faire un petit coucou sur mon blog Victorine en cuisine. A bientôt

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

