

Langue de boeuf et ses petits légumes



Plat **Facile**

Pour : 6 personnes

Préparation : 20 mn

Cuisson : 70 mn

Avec l'eau de cuisson et les légumes restants, mixez en velouté pour le repas du lendemain...

Ingrédients

- 1 langue de boeuf
- 500 g de carottes
- 500 g de pommes de terre
- poireaux
- concentré de tomate
- 2 cubes de poulet
- piment doux
- sel, poivre

Préparation

- 1 Épluchez les légumes, lavez-les et coupez-les en gros quartiers (ou laissez-les entiers).
- 2 Faites cuire la viande avec tous les légumes en autocuiseur pendant une heure avec les cubes de poulet, de l'eau à hauteur, le piment, un peu de sel et de poivre.
- 3 Sortez la langue de boeuf pour l'éplucher et coupez-la en tranches.
- 4 Dans une casserole, versez de l'eau de cuisson, le concentré de tomate, un peu de sel et de poivre. Mélangez bien et laissez frémir quelques minutes.
- 5 Servez la viande et ses légumes bien chauds accompagnés de la sauce tomate.

Proposé par



Titanique

Bonjour, une envie de cuisiner ?

Retrouvez toutes mes recettes sur [mon blog](#) !

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

