



Facile



4 personnes



10 min de préparation



25 min de cuisson

Clafoutis de bœuf aux légumes



Suggestions:

Saumur Champigny
Anjou rouge village

Ingrédients

480g de viande de bœuf (macreuse, paleron, jarret), cuite en « pot-au-feu » soit 800g de viande crue.

3 œufs

80g de farine

40cl de lait demi-écrémé

20cl de crème fraîche liquide 15%

10 tomates cerises

150g de jeunes carottes

10 bouquets de brocolis

5 brins de thym

Sel, poivre

Préparation

1 Laver, égoutter et essuyer les légumes.

2 Plonger les carottes et les brocolis 5 minutes dans un grand volume d'eau bouillante salée puis les égoutter.

3 Dans un récipient, disposer la farine en puits et incorporer les œufs un à un. Délayer peu à peu avec le lait, la crème liquide et le thym effeuillé. Saler et poivrer.

4 Découper la viande en cubes.

5 Répartir la viande et tous les légumes dans un plat allant au four légèrement huilé.

6 Verser autour la préparation à clafoutis.

7 Faire cuire 20 minutes à four chaud et préchauffé à 180°-210°C (thermostat 6-7). Servir aussitôt.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Vous pouvez aussi utiliser un reste de viande de bœuf type « pot-au-feu » pour cette recette et ajoutez des petits pois.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsarthoise.fr

Donnez votre avis sur Tradition Sarthoise