

**IDÉE  
PLAISIR n°27**

**Mettez de la douceur  
à votre menu !**



**ARTISAN**  
  
**BOUCHER**

**LE BŒUF DE MON BOUCHER,  
QUI PEUT Y RÉSISTER !**



# Pièce de bœuf aux patates douces



## Ingrédients pour 6 personnes

1 pièce de bœuf de 900 g  
préparée par votre  
artisan boucher

800 g de patates douces  
à chair orange

400 g de pulpe de  
tomate en dés

350 g de poivron rouge  
au naturel (1 pot)

1 cuillère à café de  
gingembre en poudre

1/4 cuillère à café de  
Tabasco

2 cuillères à soupe de  
vinaigre de Xérès

4 cuillères à soupe de  
crème fraîche épaisse  
entière

## Préparation : 10 mn - Cuisson : 20 mn

Préchauffer le four à 220°C (th. 8).

Avant d'enfourner, parsemer le plat à four de  
gros sel et y déposer la pièce de bœuf.

Enfourner 20 mn.

Éteindre, entrouvrir le four et laisser reposer  
5 mn.

Pendant ce temps, peler les patates douces et  
les couper en rondelles épaisses de 1 cm.

Les saupoudrer de sucre, les saler et les cuire  
10 mn à la vapeur.

Mixer les poivrons égouttés avec le gingembre  
en poudre.

Verser cette purée dans une casserole avec  
la pulpe de tomate et le Tabasco. Saler  
légèrement et cuire 15 mn à feu doux.

Ajouter le vinaigre, ôter du feu et couvrir pour  
garder chaud.

Avant de servir, trancher la viande. Dresser  
votre assiette avec la viande, les patates, la  
sauce et 1 cuillerée à soupe de crème fraîche.

Ajouter une petite poignée de roquette.

## Les conseils de votre boucher

Demander conseil à votre artisan boucher qui vous aidera à sélectionner le meilleur morceau et la cuisson correspondante selon le nombre de convives (poire, rumsteck, etc.).