Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Joue de bœuf braisée au vin rouge, gremolata citronnée & sel à la truffe

La joue de bœuf braisée est un plat qui raconte la lenteur et le fondant : viande confite, sauce réduite au vin rouge et une gremolata citronnée qui apporte du pep. Ici, la cuisson contrôlée révèle une chair soyeuse qui se détache presque seule, accompagnée d’une sauce brillante et concentrée. Au moment du dressage, une pincée de Sel à la truffe apporte une note boisée et légèrement noisettée qui magnifie sans couvrir la profondeur du vin et des champignons. C’est une recette conviviale, idéale pour un dîner en famille ou un dimanche chaleureux, que tu peux préparer en respectant un timing serré sans perdre en caractère ni en gourmandise.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**15 min**	**75 min**	**moyen**

Ingrédients

- 1,2 kg de joue de bœuf (environ 3–4 pièces), parées
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 gros oignon jaune, émincé
- 2 carottes, coupées en rondelles
- 2 branches de céleri, émincées (facultatif)
- 3 gousses d'ail, écrasées
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 300 ml de vin rouge généreux (bon rapport qualité/prix)
- 500 ml de bouillon de bœuf ou d'eau chaude
- 200 g de champignons de Paris ou champignons de saison, coupés en quartiers
- 1 branche de thym, 1 feuille de laurier, ou 1 petit bouquet garni
- Sel et poivre noir du moulin
- Pour la gremolata: 25 g de persil plat, finement ciselé, le zeste d'1 citron non traité, 1 petite gousse d'ail finement hachée, 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel à la truffe (voir dosage en fin de fiche)

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Sel à la truffe

Scanner pour voir le produit

Préparation

Sors la viande 30 minutes avant cuisson pour la tempérer. Sale très légèrement et poivre. Chauffe l'huile d'olive dans une cocotte à fond épais sur feu moyen-vif.

Saisis les joues 3–4 minutes par face jusqu'à belle coloration. Procède en plusieurs fois si nécessaire. Réserve sur une assiette.

Dans la même cocotte, baisse le feu et ajoute l'oignon, les carottes et le céleri. Fais suer 6–8 minutes sans coloration excessive. Ajoute l'ail 1 minute avant de poursuivre.

Incorpore le concentré de tomate, mélange et laisse cuire 1 à 2 minutes pour l'atténuer. Déglace avec le vin rouge en grattant les sucs, puis laisse réduire 3–4 minutes.

Remets les joues dans la cocotte, ajoute les champignons, le bouquet garni et couvre avec le bouillon. Porte à petit frémissement, couvre et laisse mijoter à feu doux 70–75 minutes, en vérifiant la cuisson à partir de 60 minutes: la viande doit être fondante.

Si tu utilises un autocuiseur, verrouille et réduis le temps de cuisson à 40–45 minutes en fonction du modèle (consulte ton manuel).

Sors la viande, réserve au chaud et fais réduire la sauce sur feu vif 5–8 minutes pour l'épaissir. Rectifie l'assaisonnement juste avant de servir.

Prépare la gremolata: mélange le persil, le zeste de citron, l'ail et l'huile d'olive. Goûte et ajuste.

Dresse les joues nappées de sauce, parsème d'une cuillère de gremolata citronnée et termine par une pincée de Sel à la truffe au moment du service pour révéler les arômes sans les écraser.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour une sauce brillante, retire l'excès de graisse avant de réduire. Goûte la sauce chaude avant de saler: le bouillon et le vin concentrent le sel. Si tu prépares la joue la veille, réchauffe doucement à feu doux et rehausse d'une pincée de Sel à la truffe juste avant de servir.