

# Joue de bœuf a la biere locale et aux carottes

PRISCA MORJON



**Préparation**

10 min

**Cuisson**

45 min

**Personnes**

4

## Ingrédients

800g de joue de bœuf  
1 bière artisanale  
3 carottes  
1 bouquet garni haché  
50g de légumes à pâté en pot  
2 laurier  
Clous de girofle  
3 piments végétariens  
Huile d'olive  
Sel et poivre

## Préparation

Faire mariner le bœuf 24h dans la bière avec du sel et du poivre.

Faire dorer le bœuf dans l'huile durant 10 minutes puis ajouter toutes les épices et la bière de marinade.

Couper la carotte en rondelles.

Cuire sous pression durant 30 minutes ou 1h15 dans un grand faitout.

Bon appétit !

Environ **2,00€**   
PAR PERSONNE