

**Préparation : 15 minutes**    **Cuisson : 120 minutes**    **Portions : 6-8**

## INGRÉDIENTS :

- 1 kg (2,2 lb) de cubes de boeuf à ragoût
- 30 ml (2 c. à soupe) d' huile de canola
- 2 oignons hachés
- 15 ml (1 c. à soupe) d' ail haché
- 2 branches de céleri coupées en dés
- 2 tiges de thym
- 1 feuille de laurier
- 45 ml (3 c. à soupe) de farine
- 1,25 litre (5 tasses) de bouillon de bœuf
- 60 ml (1/4 de tasse) de pâte de tomates
- Sel et poivre au goût
- 6 carottes coupées en morceaux
- 6 pommes de terre, pelées et coupées en cubes



## ÉTAPES :

1. Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
2. Assécher la viande à l'aide de papier absorbant. Dans une casserole allant au four ou une cocotte, chauffer l'huile à feu moyen-vif. Saisir quelques cubes de viande à la fois, de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que chacune de leurs faces soit dorée. Déposer les cubes dans une assiette.
3. Retirer l'excédent de gras de la casserole. À feu moyen, faire revenir les oignons de 1 à 2 minute(s).
4. Remettre la viande dans la casserole. Ajouter l'ail, le céleri et les fines herbes.
5. Saupoudrer de farine et remuer. Verser le bouillon et la pâte de tomates. Assaisonner. Chauffer jusqu'aux premiers frémissements en raclant les parois de la casserole à l'aide d'une cuillère de bois afin de détacher les sucs de cuisson.
6. Couvrir et cuire au four 1 heure.
7. Ajouter les carottes et les pommes de terre dans la casserole. Couvrir et cuire 1 heure supplémentaire, jusqu'à ce que la viande se défasse à la fourchette.
8. [Mijoté de boeuf aux légumes - Je Cuisine \(recettesjecuisine.com\)](http://recettesjecuisine.com).

Le Centre Regain de vie ne peut encourir aucune responsabilité quant à l'identification ou à la présence d'allergènes dans les recettes.