Ragoût de bœuf à la cantonaise

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de cuisson	2 h 30 min
Portions	4
Appareil	Combair SE à partir de 2015

Préparation

750 g de poitrine de bœuf, ou de viande de bœuf à braiser

6 bâtonnets de tofu, seché

1 oignon

6 gousses d'ail

2 carottes

200 g de radis, blancs

700 ml d'eau

4 cs de sauce soja

4 cs de sauce d'huître

2 cs d'huile de sésame

4 cs de vin de riz, p. ex. Shaoxing

Poivre, blanc, moulu

Sel

Couper le tofu en morceaux d'env. 6 cm et les faire tremper dans de l'eau chaude pendant 10 minutes. Les déposer ensuite dans le moule en porcelaine.

Tailler la viande de bœuf en gros morceaux d'env. 60 g chacun, ou les faire couper par le boucher, les disposer sur le tofu dans le moule, saler et poivrer.

Couper l'oignon en gros dés de 3-4 cm. Peler les gousses d'ail et les garder entières. Eplucher les carottes et les couper en deux ou en quatre en fonction de leur taille. Eplucher les radis, les couper en deux, puis en tranches de 2 cm d'épaisseur.

Mettre les légumes sur la viande et ajouter les ingrédients liquides. Couvrir avec le liquide.

Enfourner le moule en porcelaine sur la grille dans l'espace de cuisson froid. Cuire.

Air chaud humide 160 °C pendant 2 h 30 min

Accessoires

Moule en porcelaine ½ GN, hauteur 65 mm

Grille

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019