



QUEUE DE BŒUF BRAISÉE ET DAHL AUX LENTILLES ÉPICÉS

Ingrédients :

Pour 4 personnes

- 1,2 kg de queue de bœuf coupée en tronçons
- 200 g de lardons
- 4 carottes
- 2 oignons nouveaux
- 1 bouquet garni (thym, laurier)
- 30 cl de vin blanc sec
- 1 pincée de noix de muscade en poudre
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 40 g de beurre
- Sel, poivre du moulin

Pour le dahl :

- 375 g de lentilles corail
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 morceau de 2 cm de gingembre frais
- Quelques branches de coriandre
- 1 c. à soupe de curcuma moulu
- 1 c. à soupe de garam masala
- 1 c. à café de cumin moulu
- 1 c. à café de piment
- 1 l de bouillon de légume
- 1 filet d'huile d'olive
- Sel, poivre

Progression :

- Pelez les carottes et les oignons. Emincez les oignons et coupez les carottes en rondelles.
- Chauffez une cocotte avec l'huile d'olive et le beurre, colorez les morceaux de queue de bœuf à feu vif, sur toutes les faces. Ajoutez les lardons, l'oignon et les carottes. Versez le vin blanc et faites réduire de moitié. Versez 1 l d'eau, ajoutez le bouquet garni, la muscade, salez et poivrez. Couvrez et faites cuire environ 3 h à feu très doux en retournant la queue de bœuf régulièrement.
- Pendant ce temps, préparez le dahl de lentilles épicées. Pelez l'ail, l'oignon et le gingembre. Ciselez finement l'oignon, pressez l'ail et râpez le gingembre.
- Chauffez une casserole avec l'huile d'olive, colorez l'oignon à feu vif, salez, poivrez, ajoutez les épices et faites cuire 1 à 2 min en mélangeant. Versez le bouillon, ajoutez les lentilles et portez à ébullition. Laissez mijoter environ 20 min à feu doux en remuant régulièrement jusqu'à ce que les lentilles soient très tendres et égouttez-les. Parsemez-les de la coriandre ciselée juste avant de servir.
- Servez la queue de bœuf braisée accompagnée du dahl épicé aux lentilles.

