

# Suure Mocke (rôti de bœuf mariné) et purée de pommes de terre courge-piment

Pour 4 personnes



<b>Marinade</b>	
200 g de légumes (1 oignon, env. 1/3 de céleri, 2 petites carottes, 3 gousses d'ail)	Couper en gros dés.
1 petit blanc de poireau	Placer tous les ingrédients dans un grand bol, y déposer la viande et couvrir. Laisser mariner une nuit à température ambiante, puis mettre au réfrigérateur durant une semaine. Retourner la viande tous les deux jours.
2 feuilles de laurier	
4 clous de girofle	
5 baies de genièvre écrasées	
10 grains de poivre noir écrasés	
1 brin de romarin	
1 dl de vinaigre de vin rouge	
7 dl de vin rouge (Dôle ou Pinot noir)	
<b>Viande</b>	
1 kg d'épaule de bœuf	Sortir la viande et les légumes de la marinade et les égoutter soigneusement. Porter lentement la marinade à ébullition à petit feu puis la filtrer.
<b>Sauce</b>	
4 cs d'huile	Faire revenir les légumes dans 2 cs d'huile, ajouter le concentré de tomate. Mouiller avec le vin rouge et faire réduire de moitié. Mouiller ensuite avec la marinade filtrée, porter à ébullition et saler.
30 g de concentré de tomate	
2 dl de Dôle ou de Pinot noir	Faire rôtir la viande dans de l'huile sur toutes les faces.
un peu de maïzena	
50 g de beurre très froid	
sel, poivre	
<b>Braisage</b>	
Faire braiser à couvert durant env. 2 h 30 dans le four à 160° C.	Sortir la viande de la braisière et la réserver au chaud. Filtrer la sauce, la lier avec la maïzena et rectifier l'assaisonnement. Avant de servir, ajouter les 50 g de beurre froid et bien remuer.

**INFORAMA**  
BILDUNGS-, BERATUNGS- UND TAGUNGSZENTRUM

Banque de recettes  
Inforama, secteur de  
l'économie familiale

[www.inforama.ch](http://www.inforama.ch)

## Purée de pommes de terre courge-piment

Pour 4 personnes

300 g de courge (p. ex. Hokkaido)	Couper les légumes en morceaux et les faire cuire dans l'eau salée jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Les égoutter puis les passer au presse-purée.
500 g de pommes de terre farineuses	
eau salée	Faire chauffer le lait et l'incorporer à la purée en remuant jusqu'à obtenir la consistance souhaitée. Ajouter le piment finement haché. Assaisonner avec du sel, du poivre et de la muscade.
2 piments rouges frais ou séchés	
2 dl de lait	
muscade, sel et poivre	