

Ragoût de cœur

Pour 4 personnes.

1 cœur de bœuf, 2 c à soupe de farine, 4 c à soupe d'huile, une noix de beurre, 2 oignons, 1 gousse d'ail, 2 carottes, 150 g de champignons de couche, sel, poivre. 1 c à soupe de concentré de tomates, 1 dl de vin blanc, thym, laurier, 1 dl 1/2 d'eau et de bouillon.

Pour servir : 200 g de coquillettes.

Couper le cœur en gros morceaux en ôtant les parties cartilagineuses du centre. Rouler chaque morceau dans la farine, les secouer pour en faire tomber l'excès et les faire dorer dans un mélange beurre-huile chaud. Ne pas laisser brûler la matière grasse.

Ajouter ensuite les oignons finement hachés et la gousse d'ail pilée. Remuer le tout, puis joindre les carottes coupées en rondelles et les champignons en lamelles. Saler et poivrer.

Délayer le concentré de tomates dans le vin blanc et le verser dans la cocotte, saupoudrer d'un peu de thym effeuillé et ajouter le laurier. Couvrir et laisser cuire sur feu doux pendant 15 mn.

Au bout de ce temps, ajouter le bouillon ou l'eau et maintenir à petits frémissements pendant 30 mn environ. Goûter la sauce et vérifier l'assaisonnement.

Accompagner de coquillettes cuites à l'eau, égouttées, additionnées d'une noix de beurre, de noix de muscade râpée et de fromage râpé à volonté ou de riz cuit à la créole.

Variante : on peut ajouter 1 c à soupe de madère dans la sauce. Cette recette peut être réalisée avec du cœur de veau.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



[Toque Blanche - Logiciel](#)

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1980 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.