

Joue De Bœuf Au Cookeo



Nombre de personnes : 4

Ingrédients

1 kg joue de bœuf - 2 oignons émincés - 2 gousses ail écrasées - 1 bouquet garni - 4 carottes coupées en rondelles - 4 pommes de terre coupées en morceaux - 2 cubes de bouillon bœuf - maïzena - 1 filet d'huile - sel et poivre

Préparation

Faire dorer les oignons. Saisir les joues de bœuf. Ajouter les carottes et les pommes de terre.

Ajouter l'ail et le bouquet garni.

Mélanger les cubes de bouillon de bœuf avec 25cl d'eau. Verser dans le Cookeo. salez et poivrez à votre convenance

Cuisson rapide 40 minutes.

En fin de cuisson, ajouter un peu de Maïzena afin d'épaissir la sauce si besoin
