Le boeuf aux carottes

14/08/2010 à 10h00

Le boeuf aux carottes, de même que tous ses cousins de la famille des boeufs à cuisson braisée, est un plat populaire typique des générations du début et du milieu du vingtième siècle : assez à l'aise pour acheter du boeuf, pas assez riches pour acheter du bifteck, prêts à passer du temps dans leur cuisine. La longue cuisson mijotée a donné son nom à la série télévisée des "Boeufs carottes", policiers de l'IGS qui, d'après ce titre, cuisinaient leurs collègues suspects en les faisant mijoter.

Si je préfère le boeuf aux carottes aux autres recettes de la famille des daubes, ragoûts et bourguignons, c'est parce que les carottes entrent dans la stratégie que j'ai mise au point pour que le plat n'attache pas. J'en parlerai tout à l'heure.

Cette recette est très recommandable au niveau des ingrédients, moins s'agissant du temps de cuisson qui me parait sous-évalué.

Le boeuf aux carottes est inratable si certaines précautions sont prises.

Première précaution : choisir de la bonne viande ; personnellement, je ne choisis pas en fonction du nom du morceau, mais à l'oeil. Si le morceau à braiser est composé de muscle, j'achète. S'il est plein de nerfs et de graisse, je laisse. On rappellera que les morceaux à braiser, situés dans la partie avant du boeuf, sont longs à cuire, mais que c'est leur seul défaut qui explique leur prix moindre. Mais il y en a qui présentent un muscle tout aussi beau que les quartiers arrière, quoique plus dur.

Deuxième précaution : veiller à la qualité du vin blanc ; on ne fait pas de bonne cuisine avec un mauvais vin.

Troisième précaution : évaluation du temps de cuisson. Comme tout boeuf braisé, le boeuf aux carottes est cuit quand il est tendre. Question dérivée : au bout de combien de temps est-il tendre. Ben … ça dépend … compter trois/quatre heures à feu doux … enfin à peu près. Ou une heure en cocotte-minute … enfin peut-être. Faut ouvrir et vérifier, ce qui fait que je ne trouve pas la cuisson en cocotte minute tellement plus pratique que la cuisson en cocotte ordinaire.

On peut diminuer ce temps de cuisson en faisant mariner la viande une nuit dans le vin blanc et les aromates prévus pour la recette. Ce que je préconise. Du coup, le jour de la cuisson, je ne fais pas revenir la viande ; ça ne sert à rien puisqu'elle est mouillée par la marinade.

Quatrième précaution : faire en sorte que les trois ou quatre heures de cuisson nécessaire se déroulent sans que la viande attache au fond de la casserole ; là, les amis, j'ai tout essayé : cocotte à fond épais (nécessaire mais non suffisant) ; cuisson à feu très doux (même remarque), bande de lard au fond de la cocotte (ça marche parfois, pas toujours).

Ma seule stratégie toujours gagnante : mettre les carottes au fond de la cocotte et la viande au dessus. Ce qui implique de laisser les carottes entières pour qu'elles traversent bravement les trois/quatre heures de cuisson sans s'écraser.

Voilà, c'est un délice très simple à réaliser quand on connait ces petits tours de main.