

## Sauté de boeuf à la méditerranéenne

Préparation: 10 minutes

Cuisson: 1h10

Portions: 6

### ~Ingrédients

4 c. à soupe (60 ml) d'huile d'olive

1 gros oignon espagnol haché

1 c. à soupe (15 ml) de basilic séché

2 lb (900 g) de cubes de boeuf

2 poivrons rouges parés et coupés en lanières

3 grosses tomates pelées, épépinées et coupées en morceaux. (moi boîte de tomates en dés aux herbes et épices de 796 ml (28 oz)

1/2 tasse (125 ml) de vin blanc sec (moi un peu plus sinon pas assez liquide)

Sel et poivre

\*Mon ajout: 3 gousses d'ail

\*Mon ajout: 1 enveloppe demi-glace de Knorr diluée avec un peu de vin blanc 10 minutes vers la fin car je trouve que ça donne beaucoup de goût)

### ~Préparation

1) Dans une cocotte, faire chauffer 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive. Faire revenir l'oignon et l'ail avec la moitié du basilic jusqu'à ramollissement.

2) Dans une poêle, faire dorer les cubes de boeuf dans 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive. Égoutter et mettre le boeuf dans la cocotte. (moi, tout gardé le jus de la viande)

3) Dans la même poêle, faire revenir les lanières de poivrons, puis les mettre dans la cocotte. Incorporer le reste de basilic et les tomates.

4) Verser le vin blanc, saler et poivrer.

5) Couvrir et laisser mijoter 1 heure ou jusqu'à ce que la viande soit tendre et que le liquide et les légumes aient la consistance d'une sauce épaisse. (moi, 10 minutes vers la fin de la cuisson, j'ai ajouté mon sachet de demi-glace dilué avec un peu de vin blanc).

~source: Cuisine d'hiver transcrit et modifier par ~Lexibule~

~Note: Comme j'avais beaucoup de cubes de boeuf au congélateur, j'ai utilisé ceux-ci au lieu des cubes de veau. J'ai donc changé le titre en conséquence. Pour l'étape de faire dorer les oignons, la viande etc., j'ai tout fait dans la même cocotte en prenant soin de retirer les ingrédients à chaque étape un coup cuits pour déglacer par la suite avec le vin afin de ne pas perdre toutes ces bonnes saveurs collées au fond.

~Aussi: Mes ajouts et mes changements seront entre parenthèses.

<http://lesmillesetundelicedelexibule.blogspot.ca/> Les mille et un délices de Lexibule