



600 g de boeuf à braiser en morceaux de 2 po (5 cm)
2 cuillères à table (20 g) de farine
1 cuillère à table (15 ml) d'huile
2 oignons coupés en rondelles
2 branches de céleri, coupées rondelles
3 gousses d'ail émincées finement
1 cuillère à table (15 ml) de pâte de tomates (concentré de tomates)
5 cuillères à table (75 ml) ou 5 sachets de thé rouge Rooibos
4 tasses (1 litre) d'eau bouillante
5 cuillères à table (75 ml) de vinaigre de vin rouge
4 lanières de zeste d'orange
2 bâtons de cannelle
1 morceau de gingembre de 2 po (5 cm), pelé et râpé
4 petites patates douces, pelées et coupées en gros morceaux
1/2 tasse (125 ml) de miel liquide
1 bonne poignée de coriandre fraîche
Sel et poivre au moulin

Saler et poivre la viande puis enrobez-la de farine.

Faire chauffer l'huile dans une cocotte, ajouter la viande et faites-la revenir pendant quelques minutes à feu moyen, jusqu'à ce qu'elle soit uniformément dorée.

Ajouter les oignons et le céleri, puis couvrir hermétiquement et laisser cuire 10 minutes pour attendrir les légumes.

Ajouter l'ail et la pâte de tomates, puis poursuivre la cuisson 1 minute.

Pendant ce temps, faites infuser le thé : Mettre le thé dans un grand récipients résistant à la chaleur, puis verser l'eau bouillante dessus.

Laisser infuser 4 minutes, puis verser dans la cocotte en filtrant.

Ajouter le vinaigre, le zeste d'orange, la cannelle et le gingembre.

Baisser le feu, couvrir et laisser cuire 2 heures jusqu'à ce que la viande soit bien tendre.

Ajouter les patates douces et le miel, puis saler et poivrer généreusement.

Poursuivre la cuisson encore 30 minutes ou jusqu'à ce que les patates douces soient tendres.

Parsemer de coriandre et servir.

[Imprimer la recette](#)