

# LE BOEUF BOURGUIGNON DE PAUL BOCUSE

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/boeuf-bourguignon/>

Le Bœuf Bourguignon de Paul Bocuse, une petite merveille indémodable

Chef : Paul Bocuse

Parts : 8

Temps de préparation : 30 Minutes

Temps de cuisson : 3 H

Difficulté : Niveau Intermediaire

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Plat Salé, Viande En Sauce, Viande,

## Ingrédients

### Pour 8 personnes

1 kilogramme de Viande de Boeuf gîte à la noix, macreuse, ou paleron

6 Echalotes

60 grammes de Beurre

125 grammes de Lardons

4 Carottes

2 Branches de Céleri

1 Branche de Thym

1 Feuille de Laurier

4 Branches de Persil

10 Grains de Poivre

1 pincée de Sel

1 cuillère à soupe de Farine

1 cuillère à soupe de Concentré de tomates

1 Litre de Vin Rouge

1/2 Litre d'Eau

60 grammes de Cognac 6 Centilitres/60 Millilitres

4 Gousses d'Ail

1 Peau d'orange

des Champignons de Paris

### Pour 6 personnes

## LE BOEUF BOURGUIGNON DE PAUL BOCUSE

700 grammes de Viande de Boeuf gîte à la noix, macreuse, ou paleron  
4,5 Echalotes  
45 grammes de Beurre  
93,7 grammes de Lardons  
3 Carottes  
1,5 Branches de Céleri  
3/4 Branche de Thym  
3/4 Feuille de Laurier  
3 Branches de Persil  
7,5 Grains de Poivre  
1 pincée de Sel  
3/4 cuillère à soupe de Farine  
3/4 cuillère à soupe de Concentré de tomates  
3/4 Litre de Vin Rouge  
3/4 Litre d'Eau  
45 grammes de Cognac 4,5 Centilitres/45 Millilitres  
3 Gousses d'Ail  
3/4 Peau d'orange  
des Champignons de Paris

### **Pour 4 personnes**

500 grammes de Viande de Boeuf gîte à la noix, macreuse, ou paleron  
3 Echalotes  
30 grammes de Beurre  
62,5 grammes de Lardons  
2 Carottes  
1 Branche de Céleri  
1/2 Branche de Thym  
1/2 Feuille de Laurier  
2 Branches de Persil  
5 Grains de Poivre  
1 pincée de Sel  
1/2 cuillère à soupe de Farine  
1/2 cuillère à soupe de Concentré de tomates  
1/2 Litre de Vin Rouge  
1/2 Litre d'Eau  
30 grammes de Cognac 3 Centilitres/30 Millilitres  
2 Gousses d'Ail  
1/2 Peau d'orange  
des Champignons de Paris

# LE BOEUF BOURGUIGNON DE PAUL BOCUSE

## Instructions

### Comment réussir le meilleur bourguignon

Pour obtenir une viande hyper tendre qui se détache à la fourchette et qui fond presque comme du beurre en bouche, pour obtenir des saveurs excellentes et équilibrées, la méthode n'est ni de prier à Lourdes, ni de faire mariner au frigo en chantant des incantations, comme on le voit trop souvent dans les recettes et autres blogs.

La méthode ici est plus simple mais marche :

- D'abord choisir une bonne qualité de viande. Pas trop nourrie aux hormones ni aux insecticides : choisir un bon label de qualité
  - Ensuite, choisir le bon type de viande : gîte à la noix, macreuse, ou paleron
  - Puis, respecter le mode de cuisson à frémissement (feu très faible), (léger frémissement), pendant longtemps : chaleur et temps sont à respecter !
  - Une bonne cocotte à fond épais, et pas de casserole, qui permet une meilleure diffusion de chaleur
  - De bons ingrédients : pour le vin rouge, privilégier un Bourgogne, mais un Bordeaux conviendra également. Pas besoin de prendre un grand cru pour ce plat. (en fait c'est mieux si le vin n'est pas un grand cru... )
  - Ensuite, cuisiner ce plat au moins un jour à l'avance, la veille au minimum, mais de préférence 2 jours en avance : le repos au frais est essentiel, car cela attendrit la viande, elle continue de se ramollir. Pendant le long repos au frais, le jus à base de vin rouge continue de faire son travail de "destruction" des fibres de viande. Sans parler des saveurs qui se développent davantage au frais. Trop de gens font ce plat l'après-midi pour le soir... Or, vous y gagnerez à faire ce plat la veille : d'abord c'est moins de stress pour le jour même, et ensuite la saveur et la texture de la viande seront meilleures....
  - Repos au frais, (re)cuisson, repos au frais : chaque fois que la viande repose au frais puis est recuite, elle gagne en texture
1. Comme je vous le disais plus haut, j'utilise des Echalotes. Bocuse utilise plutôt 12 oignons grelots
  2. Si vous utilisez des Echalotes, il faut les éplucher et les emincer
  3. Si vous utilisez des oignons grelots, il faut les éplucher, mais les laisser entiers
  4. Dans une cocotte, faire fondre le Beurre (60 g)
  5. Y faire revenir les Echalotes (6) sans colorer (ou les oignons grelots)
  6. Puis ajouter les Lardons (125 g) et cuire 3 minutes
  7. Pour la Viande de Boeuf, privilégier des morceaux comme "gîte à la noix" ou "macreuse", ou "paleron"
  8. Découper des morceaux de Viande de Boeuf (1 kg) "de la taille d'un oeuf" (ces morceaux vont réduire en cuisant)
  9. Saler et poivrer ces morceaux découpés
  10. Ajouter ces morceaux de Viande de Boeuf dans la cocotte

## LE BOEUF BOURGUIGNON DE PAUL BOCUSE

11. Faire cuire et retourner ces morceaux, jusqu'à ce qu'ils soient dorés sur toutes leurs faces (environ 5 minutes)
12. Eplucher les Carottes (4) et découper en morceaux de 5 cm
13. Laver les Branches de Céleri (2) et découper en longs morceaux
14. Ajouter à la cocotte
15. Dans un sachet à herbes, placer la Branche de Thym (1), la Feuille de Laurier (1), les Branches de Persil (4), les Grains de Poivre (10) : on pourra ainsi retirer le sachet à herbes plus facilement
16. Ajouter à la cocotte
17. Ajouter le Sel (1 pincée)
18. Réduire le feu puis cuire à frémissement
19. Cuire à couvert 30 minutes
20. Retirer les morceaux de Viande de Boeuf de la cocotte, et réserver
21. Dans la cocotte, saupoudrer de Farine (1 c. à soupe) avec un tamis
22. Remuer et cuire 1 minute
23. Ajouter le Concentré de tomates (1 c. à soupe) et remuer
24. Ajouter le Vin Rouge (1 Litre) et l'Eau (1/2 Litre)
25. Pour info, certains chefs étoilés comme Thomas Keller recommandent de bouillir le vin rouge à part et de le faire flamber avant de l'ajouter, ainsi toutes ces saveurs taniques seront éliminées
26. Ajouter le Cognac (60 g ou 6 Centilitres/60 Millilitres)
27. Ajouter les Gousses d'Ail (4) émincées
28. Ajouter la Peau d'orange (1)
29. Cuire jusqu'à ébullition
30. Quand l'ébullition est atteinte, remettre la viande
31. Réduire le feu puis cuire à frémissement
32. Cuire à couvert, à feu doux, pendant 2 heures 30 minutes
33. Attention ! Il faut surtout respecter un mode de cuisson à frémissement (feu très faible) pendant longtemps : c'est essentiel pour le goût et pour la texture fondante de la viande
34. Si vous voyez trop de grosses bulles et de vapeur dans la casserole, il faudra réduire le feu

### Refroidissement

35. Après la longue cuisson, arrêter le feu et laisser refroidir 2 heures, à mi-couvert, à température ambiante
36. Une fois la cocotte refroidie, placer au réfrigérateur pendant une nuit

### Le lendemain

37. Le lendemain, la cocotte est froide, et le gras est remonté en surface et a figé : il suffit de facilement retirer tout le gras avec une cuillère
38. Puis refaire cuire, à feu doux pendant 1 heure
39. Gouter et rectifier l'assaisonnement (sel, poivre)
40. Quelque chose que Bocuse ne fait pas, mais que j'aime (c'est comme cela que Madame d'Aubéry finissait son bourguignon), c'est de faire revenir des Champignons de Paris coupés en 2, dans un peu de beurre

## **LE BOEUF BOURGUIGNON DE PAUL BOCUSE**

41. Servir le boeuf bourguignon dans des assiettes, et ajouter les Champignons de Paris