

# Ma carbonade flamande



## Pour 6 personnes

Préparation: 15 minutes

Cuisson: 4 heures en tout

- 1,5 kg de ragoût de boeuf
- 150g de lard fumé entier
- 3 oignons
- de l'huile à rôtir
- 1l de bière blonde
- 3 tranches de pain d'épices (Prosper Youplaboum)
- 2 càs de farine
- 1 càs de cassonade
- 1 bonne càs de moutarde forte
- 1 bouquet garni (thym et laurier)
- sel et poivre

La semaine dernière nous avons voyagé ensemble du côté de la Bretagne. Aujourd'hui je vous demanderai de vous décaler un peu en haut sur la droite. C'est bon? Alors... bienvenue chez les Ch'tis!

Je profite d'adresser un clin d'œil affectueux à mon Homme. Oui, parce qu'il est Ch'ti, mon Homme. Nul n'est parfait. Je plaisante bien entendu. Enrico Macias chantait: «Les gens du Nord ont dans le cœur le soleil qu'ils n'ont pas dehors». Si je ne collectionne pas les CDs de cet artiste, je ne peux que lui donner entièrement raison.

Le clin d'œil, ça c'est fait.

Donc, grâce à ma Moitié, j'ai pu apprendre à goûter et cuisiner des recettes typiques de sa région natale. Le lapin aux pruneaux, les chicons en gratin et les «vraies bonnes grosses frites». Car il faut le dire, la cuisine ch'ti n'est pas vraiment adaptée aux régimes sévères. N'oublions pas qu'il fait parfois bien froid

là-bas en haut. Froid et pluvieux. Il faut se réchauffer pardi! Alors comme dans nos contrées on ne fait pas souvent les malins non plus, profitons de cette bonne cuisine sans complexe.

La carbonade flamande est pour l'instant ma recette ch'ti préférée.

On la déguste aussi en Belgique. Elle est la cousine du bœuf bourguignon selon certains, mais en moins noble. Moi je ne trouve pas du tout que cela ressemble à du bœuf bourguignon, et sûrement pas au niveau du goût. La carbonade, c'est de la viande de ragoût de boeuf cuite très longtemps dans de la bière blonde avec... du pain d'épices, de la moutarde et de la vergeoise (cassonade finement moulue chez nous), entre autres.

Je vous imagine hausser les sourcils... Je tiens donc à préciser que cette recette n'est pas sucrée. L'équilibre salé-sucré est parfait et donne au plat toute son charme, justement. La viande est fondante à souhait, la sauce riche, enveloppante et savoureuse. Faites-moi confian-

ce et osez! De plus, si la cuisson est longue, la préparation est d'une simplicité rare.

Vous voulez vraiment jouer le jeu? Alors préparez des frites en accompagnement et trempez-les dans la sauce. C'est ainsi qu'ils font «là-bas». Par souci d'un minimum de légèreté, moi je l'accompagne de pommes-de-terre sautées, à l'eau ou en purée et c'est super. Mais des patates, ça oui, en tous les cas!

VIRGINIE LÉNART

[www.lesrecettesdevirginie.com](http://www.lesrecettesdevirginie.com)

## La marche à suivre

**1** Pelez les oignons, coupez-les en deux dans la longueur puis en lamelles. Coupez le lard en petits carrés fins.

**2** Découpez la viande en gros cubes et ôtez le surplus de gras si nécessaire. Dans une grande cocotte, faites chauffer un bon filet d'huile à rôtir. Faites revenir la viande à feu vif de toutes parts jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée durant quelques minutes. Procédez en plusieurs fois si nécessaire afin de ne pas superposer les morceaux. Salez et poivrez. Réservez-la dans un récipient.

**3** Ajoutez un peu d'huile à rôtir dans la cocotte et faites revenir les oignons et le lard sur feu moyen durant 2 minutes en mélangeant

avec une spatule. Remettez la viande et saupoudrez de farine. Mélangez bien le tout pour que la viande s'imprègne complètement de la farine.



**4** Ajoutez la bière, le bouquet garni et la cassonade, salez et poivrez. Tartinez les tranches de pain d'épices avec la moutarde et déposez-les dans la cocotte. Elles vont

flotter puis gentiment se dissoudre. Et je sais que vous allez rester pour assister à ce processus, parce que c'est rigolo. Laissez mijoter sur feu doux environ 2h30 à couvert (ou un

peu moins selon la qualité de la viande, mais certaines sont des dures à cuire).

**5** Après 2h30 de cuisson, enlevez le couvercle et laissez cuire à feu doux encore une petite heure afin que la sauce réduise. La viande doit alors se détacher toute seule lorsque vous appuyez dessus, fondante comme du beurre... Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin. Servez ce plat bien chaud, un soir d'hiver rigoureux ou d'automne pluvieux.