



- Pour l'effiloché de bœuf :**
Faites chauffer à feu moyen 1 c. à soupe d'huile dans une grande cocotte. Ajoutez les morceaux de bœuf et faites-les revenir de tous les côtés pendant +/- 15 mn jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Sortez les morceaux de la cocotte et réservez.
Préchauffez le four à 180°C.
Versez 1 c. à soupe d'huile et faites revenir à feu moyen l'oignon et l'ail en mélangeant pendant +/- 5 mn jusqu'à ce qu'ils soient fondants.
Ajoutez le vin et laissez mijoter pendant 3 à 4 mn jusqu'à ce qu'il réduise de moitié.
Ajoutez le bouillon, l'eau, la purée de tomates, les feuilles de laurier, le sel et mélangez. Remettez le bœuf dans la cocotte avec le jus et portez à faible ébullition.
Mettez le couvercle et enfournez. Laissez cuire pendant 3h00 jusqu'à ce que le bœuf soit bien tendre, en le retournant à mi-cuisson.
- Pour les pommes de terre :**
Rincez les pommes de terre. Gardez la peau. Si elles sont petites, laissez-les entières, sinon coupez-les en gros morceaux de 2 à 3 cm. Dans une poêle, faites chauffer l'huile à feu fort. Quand elle est chaude, ajoutez les pommes de terre et laissez cuire 5 mn, toujours à feu fort, en remuant régulièrement. Salez.
Baissez le feu à feu moyen, poursuivez la cuisson pendant +/- 15 mn en remuant régulièrement. Quand elles sont tendres (piquez-les à l'aide d'un couteau pour vérifier), baissez le feu à feu doux. Couvrez la poêle et poursuivez la cuisson pendant encore 10 mn en remuant de temps en temps.
Enlevez le couvercle, ajoutez l'ail, la ciboulette, 4 c. à soupe d'eau et poursuivez la cuisson pendant 2 mn, toujours à feu doux, sans couvercle.
- Pendant la cuisson des pommes de terre, sortez le bœuf et déposez-le dans un plat. Effilochez la chair à l'aide de deux fourchettes, puis remettez-la dans la cocotte, et mélangez avec la sauce. Ôtez les feuilles de laurier. Votre effiloché est prêt. Réservez au chaud.
- Une fois les pommes de terre cuites, ajoutez l'effiloché. Mélangez délicatement ou servez la viande séparément (selon vos goûts). Donnez quelques tours de moulin à poivre et servez aussitôt !



Vous pouvez faire l'effiloché la veille, voire davantage, il se conserve très bien 2 à 3 jours au réfrigérateur.
Le morceau de bœuf est coupé en 4 pour réduire le temps de cuisson.
Pour une cuisson homogène, pensez à retourner la viande à mi-cuisson (au bout d'1h30).
Pour voir si les pommes de terre sont cuites, plantez un couteau à cœur et retirez-le : la pomme de terre ne doit pas venir avec le couteau lorsqu'on le soulève.
Gardez la peau des pommes de terre pour conserver les vitamines et les minéraux et achetez-les bios !

Ingrédients pour 8 pers. :

Pour l'effiloché de bœuf :

1,5 kg de bœuf à braiser paré et coupé en 4 morceaux (paleron, gîte...)
1 oignon finement émincé
3 gousses d'ail finement hachées
250 ml de vin rouge
500 ml de bouillon de bœuf
750ml de purée de tomates (passata)
500 ml d'eau
3 feuilles de laurier
2 c. à soupe d'huile d'olive
Sel

Pour les pommes de terre grenaille :

1,5 kg de pommes de terre grenaille bio
2 petites gousses d'ail finement émincées
Quelques tiges de ciboulette finement ciselée
4 c. à soupe d'huile d'olive
Sel
Poivre du moulin

Variantes :

Vous pouvez utiliser d'autres variétés de pommes de terre comme la ratte, charlotte, pompadour... mais choisissez une variété à chair ferme.
Vous pouvez mettre du persil plat à la place de la ciboulette.

