

# Bœuf à la Lorraine

*La viande du Parc naturel régional de Lorraine*

**chez votre boucher**



*la recette de ma mère qui la tenait de  
son grand-père qui l'avait lui-même  
héritée de sa grande tante...*



PARC NATUREL RÉGIONAL  
DE LORRAINE



# Bœuf à la Lorraine

## Pour 4 personnes

- 1 kg de collier de bœuf
- 6 carottes
- 50 g de lardons fumés
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet garni
- 30 g de beurre
- 2 c. à soupe de farine
- 25 cl de bière blonde lorraine
- 25 cl de bouillon de légumes
- 1 c. à café de 4 épices
- Sel, poivre
- Persil plat

Découvrez notre territoire  
et nos actions  
> [www.pnr-lorraine.com](http://www.pnr-lorraine.com)



- Découpez la viande en gros morceaux et farinez-la très légèrement.
- Pelez les carottes, les oignons et la gousse d'ail. Coupez les carottes et les oignons en rondelles, écrasez la gousse d'ail.
- Faites fondre le beurre dans une cocotte et faites revenir la viande sur toutes les faces ainsi que les lardons. Retirez la viande et les lardons.
- Faites dorer les carottes et les oignons, saupoudrez de 4 épices. Remettez la viande et les lardons dans la cocotte ainsi que le bouquet garni. Salez et poivrez.
- Versez la bière blonde et le bouillon.
- Couvrez et laissez mijoter 2h30 à 3 heures à feu très doux. Mouillez à nouveau en cours de cuisson, si nécessaire.
- Retirez le bouquet garni et ajoutez le persil plat au moment de servir.

*Des éleveurs engagés  
pour l'environnement,  
des boucheries partenaires !*

