

Paleron sauce onctueuse et un chilli avec le reste



Pour 2 adultes avec un reste ou 4 sans reste

- 500 g de paleron
- 3 os à moelle (facultatif, on me les a offerts, j'allais pas dire non ;o))
- 1 litre de vin rouge bien corsé (du Collioure pour moi)
- 2 carottes
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- ½ cuillère à café de grains de poivre noir
- 50 g de beurre MOU
- 3 cuillères à soupe de farine
- 2 feuilles de laurier
- 1 petite branche de thym
- Sel, poivre

La veille

Verser dans un plat le vin rouge, ajouter l'oignon épluché coupé en 4, les gousses d'ail coupées en deux, 1 cuillère à café de sel (fleur de sel pour moi), les feuilles de laurier, la carotte épluchée et coupée en morceaux, le thym et les grains de poivre.

Déposer le morceau de paleron et les os à moelle dans la marinade, filmer et laisser mariner au moins une nuit (une nuit et une journée pour moi), en essayant de retourner la viande une fois.

Le jour J

Sortir la viande du frigo et l'égoutter. Essuyer le paleron dans un torchon bien propre et le faire revenir dans une cuillère à soupe d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit doré sur tous les côtés.

Verser la marinade et porter à ébullition, couvrir et enfourner à 160°C pour trois heures, voire plus. La viande doit être très fondante. Personnellement, je cuis en deux fois, mais on peut le faire en une seule fois.

Pour patienter, déposer les os à moelle dans un plat qui va au four, enfourner pour 15 à 20 minutes. Déposer la moelle sur un bout de pain (du bon de préférence moi je n'avais que du pain de mie), ajouter un tour de moulin à poivre et quelques flocons de sel de Guérande, déguster bien chaud en essayant de ne pas penser à ses artères.

Sortir la viande de la cocotte et la déposer sur une planche, laisser reposer une dizaine de minutes avant de découper la viande en tranches.

La sauce doit avoir normalement bien réduit. Il doit en rester environ jusqu'à mi hauteur. S'il y en a plus, on récupère le trop plein et on le garde précieusement, ça fera une délicieuse base de risotto. Remettre le couvercle et laisser chauffer à feu très doux.

Dans un bol, mélanger le beurre mou et la farine (si on veut se la péter, on écrit juste « réaliser un beurre manié ») jusqu'à la formation d'une pâte homogène.

Verser le mélange dans la marmite et faire chauffer sans cesser de mélanger, jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Servir le paleron avec une purée maison (enfin moi ce jour-là, pas le temps) et napper la viande de sauce onctueuse.

En bonus et parce que je suis sympa, je vous file la « recette » du chili qu'on peut faire avec le reste de paleron.

Emincer un oignon et le faire revenir dans une cuillère à soupe d'huile neutre. Ajouter une cuillère à café de cumin moulu, une demi cuillère à café de curry pas trop fort et une demi cuillère à café de paprika fumé alias *pimenton*. Laisser cuire deux minutes sans cesser de mélanger, ajouter une boîte de chair de tomates, puis le reste de paleron effiloché. Laisser cuire une bonne demi-heure, puis ajouter une boîte de haricots rouges égouttés et rincés (les miens étaient cuits maison mais c'est long, donc une boîte c'est bien pratique). Laisser cuire encore une dizaine de minutes, puis servir avec un riz blanc et du guacamole, ou de l'houmos (j'avais un reste), ou juste avec le riz.

Goûté et validé par l'Homme (mais lui n'est pas chiant), par Gremlin (lui non plus) et surtout par Gremlinette (chaque fois qu'elle aime un truc, j'en verse une larme de bonheur).