



Cari de Bœuf Créole

Retrouvez toutes nos infos sur <https://federationseniorsmoselle.fr/>

Ingrédients pour 4 personnes :

1 kg de boeuf bourguignon
3 gousses d'ail
2 oignons
Huile, sel, poivre
400 grs de pulpe de tomates

1 càc de curcuma
1 càc de gingembre en poudre
Safran
persil

Coupez le boeuf à bourguignon en morceaux.

Hachez 2 oignons et émincer les gousses d'ail.

Faites revenir la viande dans une cocotte avec un peu d'huile. Ajoutez les oignons hachés et laissez dorer.

Ajoutez l'ail, 1 càc de gingembre en poudre, du sel et du poivre.

Mélangez et ajouter 2 dosettes de safran, 1 càc de curcuma, puis 400 g de pulpe de tomate.

Laissez cuire 10 mn à feu doux, puis mouillez avec $\frac{1}{2}$ verre d'eau.

Laissez mijoter à couvert et à petit feu 1 h.

Hachez un peu de persil frais et en parsemer le plat.

Servez avec du riz basmati.

