

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



## SUCETTE DE JOUE DE BŒUF

ACCOMPAGNÉE DE SON DUC DE BELMONT ROUGE

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)  
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

**NICOLAS**



Préparation : 1h      Niveau : Moyen      Attente : 48h  
 Cuisson : 3h30      Budget : Moyen

## POUR 8 PERSONNES

- Vin rouge : 50cl
- Farine : 100g
- Chapelure : 20g
- Noisette entière : 20g
- Huile de noisette : 15cl
- Huile d'arachide : 10cl
- Pique en bois : 8 pièces
- Oignons : 100g
- Carottes : 100g
- Thym, laurier
- Cerfeuil, persil plat : 1/4 botte
- Ail : 25g
- Œufs entiers : 2
- Beurre : 20g
- Joue de bœuf : 800g

### Base

- Dégraisser et dénervé la joue de bœuf.
- Mettre à mariner dans le vin rouge avec une garniture aromatique entre 12 et 24 heures.
- Egoutter la joue de bœuf et la saisir. Marquer en cuisson braiser. Cuire 3 heures. Vérifier la cuisson, décanter et laisser refroidir 24 heures idéalement.
- Mixer la garniture aromatique, passer au chinois étamine la cuisson et réserver au frais.

### Garniture

- Préparer les fines herbes pour la finition.
- Torrifier les noisettes et les hacher pas trop finement, mélanger avec la chapelure (1/3 de noisette, 2/3 de chapelure)

### Finission

- Couper la joue de bœuf en cubes réguliers de 2 cm de côté.
- Paner à l'anglaise avec la chapelure à la noisette.
- Remettre à température la sauce et émulsionner avec de l'huile de noisette et bien vérifier l'assaisonnement.

### Cuisson

- Sauter les cubes de joue de bœuf, piquer avec un pique en bois et disposer dessus la sauce émulsionnée avec les fines herbes en décoration.



Imprimé sur papier PEFC, issu des forêts gérées durablement

## LA SUGGESTION DU CAVISTE DUC DE BELMONT ROUGE

AOP COTEAUX  
BOURGUIGNONS

Saveurs de coulis de  
framboise et de vanille.

Des tannins veloutés.

### Pourquoi cette alliance ?

Particulièrement fruité,  
c'est un vin rouge qui  
se révélera idéal avec  
des viandes fondantes,  
comme une joue de  
bœuf.

Retrouvez toutes les recettes  
de Nicolas sur **recettes.**  
**nicolas.com**



### Le petit plus de...

**Viviane Keo apprentie en première année de BTS Option B Génie Culinaire et arts de la table (EPMT).**

« Afin d'adoucir l'acidité du vin rouge, on peut rajouter du chocolat noir dans le mijoté de la viande. On peut également remplacer le vin rouge par de la bière, cela va permettre à la viande d'être plus moelleuse ».