

Daube à la provençale



lesbonsrestaurants

Plat **Facile**

Pour : 6 personnes

Préparation : 10 mn

Cuisson : 3 h

La daube est une des spécialités d'origine provençale. Le nom de cette préparation culinaire vient sans doute du provençal adobar qui signifie préparer, arranger.

Ingrédients

- 1 kg de gîte de boeuf
- 50 cl de vin blanc
- 500 g de tomates pelées
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 30 g de beurre
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation

- 1 Coupez la viande en morceaux réguliers. Pelez et lavez l'oignon et les gousses d'ail.
- 2 Faites revenir les morceaux de viande dans une sauteuse avec le beurre et l'huile d'olive. Après coloration de la viande, hachez l'oignon et ajoutez-le dans la sauteuse. Laissez cuire 2 minutes tout en remuant.
- 3 Ajoutez, alors, les tomates pelées et les gousses d'ail émincées. Ajoutez le bouquet garni. Salez et poivrez. Recouvrez avec le vin blanc.
- 4 Couvrez et laissez mijoter 3 heures sur feu doux.
- 5 Présentez votre daube dans un plat de service. Si vous présentez à l'assiette vous pouvez l'accompagner de knödel de pommes de terre. Bon appétit!

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

