

# IRISH STEW À LA GUINNESS

*Pascal Lemort*

- ▶ Couper les légumes en gros morceaux
- ▶ Couper la viande en dés
- ▶ Dans une cocotte, faire dorer la viande et les oignons dans l'huile d'olive
- ▶ Ajouter 2 cuillères à soupe de farine
- ▶ Ajouter tous les légumes sauf les pommes de terre.
- ▶ Mouiller à la Guinness, cuire 5 mn
- ▶ Mouiller au bouillon de volaille
- ▶ Ajouter le bouquet garni
- ▶ Couvrir et laisser cuire 1 heure
- ▶ Ajouter les pommes de terre et cuire encore une heure.
- ▶ Vérifier l'assaisonnement.
- ▶ Ajouter 2 cuillères à café de sucre (pour couper l'amertume de la bière)
- ▶ Servir chaud ou réchauffer plus tard.
- ▶ A déguster avec une bonne bière.



## [ INGREDIENTS ]



800 gr d'épaule d'agneau  
1 gros oignon  
4 belles pommes de terre  
(Charlotte)  
3 navets  
2 grosses carottes  
6 choux de Bruxelles  
1 blanc de poireau  
50 cl de Guinness  
35 cl de bouillon de volaille  
1 bouquet garni  
Sel  
Poivre  
Huile d'olive  
Farine  
Sucre

