

## Coeur braisé au thym citronnelle

### Ingrédients (4 personnes):

Coeur braisé au thym citronnelle

Recette simple et rapide toujours délicieuse et facile à cuisiner

Préparation : 15 mn env

cuisson 1 h 30 mn à 2 h ( j'aime les viandes bien mitonnées )

Pour 4 pers

2 coeurs "1 coeur pour 2 pers " ( en l'occurrence du coeur de porc )

800 g de carotte 3 à 4 gros oignons paille

35 cl de vin blanc sec

1 dl de bouillon de volaille

5 gousses d'ail dégermées et écrasées

1 bouquet de thym citronnelle fraîchement coupé

3 càs d' huile d'olive

sel et poivre noir du moulin

### Préparation:

Enlever les parties blanches de la viande , couper les coeurs en quatre puis les rincer sous l'eau froide et courante

Dans une cocotte en fonte faire revenir dans de l'huile d'olive très chaude la moitié des oignons , jusqu'à ce qu'ils deviennent transparents mais sans coloration , y ajouter les morceaux de coeur , et bien les faire revenir sur toutes leurs faces y ajouter le restant des oignons et l'ail écrasé , faire revenir le tout encore quelques mn en les remuant , puis y ajouter les carottes coupées en morceaux , le vin blanc sec , le bouillon de volaille puis terminer par le bouquet de thym citronnelle frais , couvrir , et baisser le feu et laissez mijoter pour 1 h 30 mn à 2 h

MERCI AU SITE

<http://lejournalgourmanddesacha.blogspot.com>