



## Escalopes de bœuf aux carottes

<b>Saison</b>	Toute l'année	<b>Nombre de personnes</b>	4 personnes
<b>Temps de préparation</b>	90 minutes	<b>Menu</b>	Plat principal

---

1	cs	Beurre à rôtir	Chauffer le beurre à rôtir dans la cocotte.
50	g	Lardons	Rôtir les lardons, réserver.
800	g	Escalopes de bœuf (1 cm d'épaisseur)	Rôtir les tranches de bœuf.
		Sel, poivre, romarin etc.	Assaisonner, réserver.
2		Oignons, parés, hachés	Suer les oignons.
500	g	Carottes, parées	Couper en bâtonnets. Disposer par couches successives tour les ingrédients dans la cocotte.
1	Boîte	Tomates, Pelati	Ajouter les tomates. Braiser 1,5 h à couvert.
		Bouillon de bœuf ou vin rouge	Rajouter éventuellement un peu de liquide.

Source: USPF

Vous trouvez d'autres recettes savoureuses sous : <https://www.agriculture.ch/alimentation/>





## Scaloppine di manzo alle carote

<b>Stagione</b>	Tutto l'anno	<b>Persone</b>	4
<b>Tempo di preparazione</b>	90 minuti	<b>Menu</b>	Protata principale

1	c	Burro per arrostire	Scaldare in una padella
50	g	Dadini di pancetta	Arrostire. Riservare a parte.
800	g	Fettine di manzo (spessore 1 cm)	Arrostire.
		Sale, pepe, rosmarino ecc.	Condire e riservare a parte.
2		Cipolle tritate finemente	Appassire.
500	g	Carote mondare	Tagliare a bastoncini sottili. Disporre tutti gli ingredienti in strati in una casseruola.
1	scatola	Pomodori pelati	Aggiungere. Cuocere coperto a bassa temperatura per un'ora e mezzo.
		Brodo di carne o vino rosso	Eventualmente aggiungere un po' di liquido

**Autore/Fonte: USDCR**

Trovate altre ricette gustose su <https://www.landwirtschaft.ch/ernaehrung/>

