

Roulade de bœuf à la Marie Jeanne

4 biftecks dans la tranche
1 saucisse de Toulouse
1 tranche de mie de pain trempée dans du lait
un peu de persillade
1 oignon émincé + 1 tomate émincée + 3 caïeux d'ail
1 carotte émincée + 1 morceaux de blanc de poireaux
4 pommes de terre + des pois mange tout

sel + poivre + paprika + une rasade de vin blanc ou rouge
un verre d'eau

Aplatissez vos biftecks avec une marteau à viande.

Dans un récipient mélangez la saucisse de Toulouse (sans le boyau) avec un peu de persillade, la mie de pain essorée entre vos mains, un peu de poivre et de sel.

Ensuite déposez la farce sur votre tranche de bœuf, puis roulez et lier avec de la ficelle ou des cures-dents.

Dans une cocotte, faire chauffer l'huile d'olive et faire frire les rouleaux de chaque côté jusqu'à ce que la viande soit dorée. Retirez la viande de la poêle et ajoutez les légumes. Faire frire pendant quelques minutes dans la graisse de la viande et ajoutez le vin. Après quelques minutes, ajoutez le verre d'eau. Ensuite, placez les rouleaux sur les légumes, ainsi que les caïeux d'ail.

Assaisonnez avec le sel, le poivre, le paprika.

Couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant environ 40mn, en remuant de temps en temps.

Déposez les pommes de terre coupées en 2 dans le jus, ainsi que les pois mange tout et laissez encore mijoter jusqu'à ce que les pommes de terre soient à point.