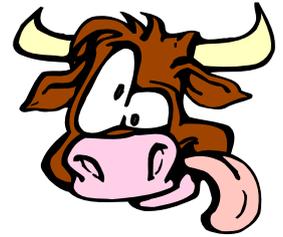


Broufado

Ingrédients :

1 Kg. de boeuf en fines tranches, 500 g. d'oignons, 5 filets d'anchois, 3 gousses d'ail, 50 g. de beurre, 1 cuiller de farine, 1 cuiller de vinaigre, 3 cuillers d'huile, 4 cuillers de câpres, persil, poivre, sel



- *Couper les oignons en lamelles, manier le beurre et la farine.*
- *En cocotte, huiler le fond et y déposer une couche d'oignons, puis une couche de viande, poivrer, poursuivre les couches alternées.*
- *Saupoudrer de morceaux de beurre manié, couvrir et laisser cuire à feu doux 30 minutes.*
- *Hacher le persil, l'ail et les anchois, mélanger dans un récipient avec l'huile et le vinaigre.*
- *Verser cette vinaigrette dans la cocotte, ajouter les câpres, laisser mijoter 1 heure 30.*