

+++ Assiette bernoise

Trempage/macération: env. 12 h
Mise en place et préparation: env. 1½ h
Macération: env. 3½ h
Pour 6 à 8 personnes

1 **langue de bœuf salée**
(env. 900 g)

faire tremper dans de l'eau froide,
réserver env. 12 h à couvert

200 g **de haricots secs**

faire tremper env. 12 h dans de l'eau
froide

Langue et bouilli

3 litres **d'eau**

1 **oignon**, piqué avec 1 **feuille
de laurier** et 1 **clou de girofle**

1 **carotte**, en rondelles

1 **morceau de céleri-rave**

porter à ébullition tous les ingrédients
dans une casserole à hauts bords

langue trempée, égouttée

ajouter, pocher à couvert env. 2 h juste
en dessous du seuil d'ébullition

env. 2 c. à soupe **de sel**

ajouter, goûter le court-bouillon,
réserver env. 5 dl pour les haricots

500 g **de bœuf à bouillir**
(p.ex. côte plate, cou)

ajouter, laisser pocher env. 1½ h sur feu
doux: la pointe de la langue doit être
tendre. Retirer la peau de la langue, la re-
mettre dans le court-bouillon. Eloigner
la casserole du feu, couvrir et réserver

Haricots, lard et saucisse à la langue

1 c. à soupe **de beurre**

chauffer dans une casserole

1 **oignon**, finement haché

faire suer

haricots trempés, égouttés

ajouter, étuver

court-bouillon réservé

250 g **de lard à cuire fumé**

ajouter, porter à ébullition, baisser le
feu, laisser cuire doucement env. 50 min
à couvert sur feu moyen

1 **saucisse à la langue** (env. 300 g)
ajouter, laisser cuire doucement
env. 30 min

Présentation: répartir les haricots sur un plat préchauffé, éplucher la
saucisse à la langue. Couper la viande en tranches, dresser sur les haricots.

Servir avec: pommes à l'anglaise et choucroute.

Par personne (1/6): lipides 49 g, protéines 63 g, glucides 15 g, 3153 kJ (753 kcal)

Berne

