

En mai, Bord Bia dévoile des recettes aux saveurs estivales, à base de produits irlandais

Tous les mois, Bord Bia donne rendez-vous à la presse culinaire et à tous les amateurs de bons petits plats, en dévoilant une sélection de recettes exclusives, pour les partager aux lecteurs les plus gourmands.

L'Irlande, plus gros exportateur de bœuf de toute l'Union Européenne

L'Irlande exporte environ 90% de son bœuf vers plus de 70 pays. Il est le plus gros exportateur net de bœuf de toute l'Union Européenne.

En 2020, l'Irlande a exporté 260 000 tonnes de bœuf et d'agneau (abats inclus) vers l'UE continentale, pour une valeur de 1,2 milliards d'euros.

La même année, l'Irlande a exporté 45 000 tonnes de viande et d'abats de bœuf vers la France, pour une valeur de 175 millions d'euros.

Un élevage basé sur du pâturage longue durée, dans des exploitations familiales

99% des exploitations agricoles irlandaises appartiennent à des familles. La surface moyenne d'une exploitation familiale en Irlande est de 32,5 hectares.

Les animaux passent en moyenne 7 mois en pâturage par an. Le logo irlandais « nourri à l'herbe » (grass-fed) est la première appellation sur l'alimentation à l'herbe vérifiée par un tiers, qui fonctionne à l'échelle nationale. Ce système permet de garantir que les animaux ont passé à minima 220 jours par an au pâturage et que leur alimentation est composée d'au moins 90% d'herbe.



Recettes en pages suivantes !

À propos de Bord Bia

Bord Bia possède 16 bureaux à travers le monde. Le bureau de Paris est responsable de la promotion des produits irlandais en France, en Belgique et au Luxembourg. Pour remplir ses missions, Bord Bia collabore régulièrement avec l'ambassade d'Irlande et les autres agences publiques irlandaises et le réseau irlandais en général. Le bureau propose une série de services aux entreprises irlandaises allant de la communication générale, au soutien à la prospection, en passant par des analyses de marché.



Pour 4 personnes Préparation 15 minutes Cuisson 45 min - 1h

Curry de bœuf Massaman et pommes de terre



Recette

1. Préchauffez le four à 160 °C (thermostat 3). Faites chauffer à feu vif la moitié de l'huile dans une cocotte en fonte munie d'un couvercle. Ajoutez le bœuf par morceaux et faites-le frire jusqu'à ce qu'il soit bien doré de tous les côtés. Versez dans une assiette et faites revenir le reste de la viande. Réservez.

2. Réduisez le feu à moyen et ajoutez le reste de l'huile dans la cocotte. Ajoutez l'oignon et faites-le revenir pendant 6 à 7 minutes jusqu'à ce qu'il soit tendre et qu'il commence légèrement à brunir sur les bords. Ensuite, ajoutez le gingembre et l'ail et faites cuire pendant 1 minute, puis ajoutez les épices et faites cuire pendant une minute supplémentaire. Ajoutez la crème de coco, une cuillère à soupe à la fois, en laissant mijoter pendant environ 30 secondes entre chaque nouvelle cuillère ajoutée.

3. Remettez le bœuf dans la poêle et ajoutez le bouillon, le sucre, le tamarin et la sauce de poisson thaï. Assaisonnez à votre convenance, couvrez et mettez au four pendant 1 heure. Sortez le plat du four, ajoutez les pommes de terre et faites cuire pendant encore 45 minutes à 1 heure - jusqu'à ce que le bœuf soit tendre et fondant tout en gardant sa forme et que les pommes de terre soient bien cuites et tendres.

4. Ajoutez le curry dans des assiettes chaudes avec du riz, parsemez de coriandre et déposez les rondelles de piment comme accompagnement.

Ingrédients

- 1 kg de paleron irlandais ,paré et coupé en cubes de 5 cm
- 3 c. à soupe d'huile de tournesol
- 1 gros oignon, finement émincé
- 1 c. à soupe de gingembre racine râpé
- 4 petites gousses d'ail écrasées
- 1 c. à soupe de coriandre moulue
- 1 c. à soupe de cumin moulu
- 1 c. à café de paprika
- 1 c. à café de poivre de Cayenne
- 1/4 c. à café de cardamome moulue
- 1 petit bâton de cannelle, cassé en deux
- 400 g de crème de coco
- 450 ml de bouillon de bœuf (un cube suffit)
- 1 c. à soupe de pâte de tamarin
- 1 c. à café de sucre muscovado
- 1 c. à café de sauce nuoc-mâm
- 450 g de pommes de terre nouvelles, coupées en deux
- Sel de mer et poivre noir fraîchement moulus



Pour 2
personnes



Préparation
10 minutes



Cuisson
10 minutes



Burger bœuf irlandais, mayonnaise Kimchi, cheddar mûr

Recette

1. Pour la mayonnaise au Kimchi, montez les jaunes avec de l'huile de colza, sel et poivre et ajoutez le jus du Kimchi dans la mayonnaise.
2. Dans une poêle bien chaude, rôtissez les burgers sur chaque face, ajoutez le cheddar par-dessus et recouvrez pour aider le fromage à fondre
3. Toastez les buns
4. Montez le burger avec la mayonnaise au Kimchi et du Kimchi frais
5. Servez avec des frites ou des curly fries

Ingrédients

- 2 steaks hachés 100% pur bœuf irlandais
- 2 buns briochés
- 4 tranches de cheddar mûr
- 3 jaunes d'œufs
- 50cl d'huile de colza
- 40 gr de Kimchi
- Sel et poivre



Pour 2
personnes



Préparation
10 minutes



Cuisson
30 minutes

Tacos de bavette irlandaise



Recette

1. Tranchez la bavette en fines lamelles dans le sens opposé de la fibre de la viande.
2. Faites mariner la viande plus ou moins 30 minutes avec le cumin, les piments, l'ail et huile d'olive.
3. Ensuite, grillez la bavette sur un gril très chaud ou au barbecue.
4. Ciselez finement la salade iceberg. Faites chauffer les tacos. Mettez d'abord la mayonnaise ou le yaourt dans le taco, puis la salade iceberg et terminez par la viande grillée et un peu de coriandre fraîche.

Ingrédients

4 tortillas
400 g de bavette de bœuf
irlandais
30 g de cumin
30 g de coriandre en poudre
1 piment rouge
1 piment vert
200 g de mayonnaise ou de
yaourt
1 l d'huile d'olive
5 citrons verts
3 têtes d'ail
1 salade iceberg
Coriandre fraîche