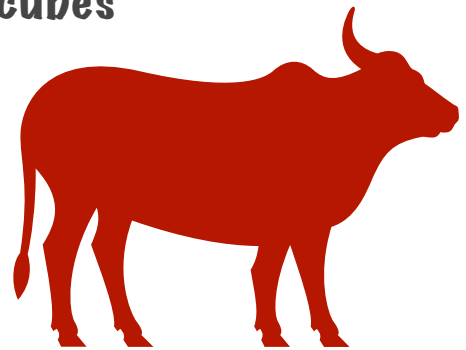


Cubes de pointe de surlonge en sauce

5 livres de rôti de pointe de surlonge en cubes
1 oignon coupé en dés
4 cuillères à soupe d'huile végétale
1/2 tasse de farine
2 tasses de bouillon de boeuf
1 1/2 tasse d'eau



Verser l'huile dans l'Instant Pot et sélectionnez le réglage SAUTÉ. Quand l'huile est chaude, faire dorer la viande en petites quantités. Lorsque toute la viande est dorée, ajoutez l'oignon dans l'instant pot. Faire sauter jusqu'à tendreté, environ 3 minutes. Ajoutez la viande et le bouillon de boeuf à l'oignon dans l'instant pot, couvrir et verrouiller le couvercle en place. Sélectionne MANUAL, HIGH et régler le temps de cuisson à 15 minutes. À la fin du temps de cuisson, faire baisser la pression rapidement. Mélanger la farine et l'eau pour épaissir le bouillon. Sélectionner SAUTÉ et portez à ébullition. Faire bouillir pendant quelques minutes jusqu'à ce que le bouillon soit épaissi. Ajouter du sel et du poivre au goût.

Traduit de :

Instant Pot: 200+ Instant Pot Recipes - Quick & Delicious Recipes You Can Make At Home! (Instant Pot Cookbook, Electric Pressure Cooker, Instant Pot Meals) » de Kevin Hughes.