

Rôti de bœuf (Roastbeef) façon Archie à l'instant pot
par Archibald McTavish

Badigeonner généreusement le rôti de vinaigre blanc.

Mélanger ensemble :

1 cuillère à thé de farine
3 cuillères à thé de moutarde sèche
2 Cuillères à thé de poivre noir
1 ½ Cuillère à thé de sel
1 Cuillère à thé de thym
1 Cuillère à thé de poudre d'oignon
1 Cuillère à thé de poudre d'ail

Déposer ce mélange dans une grande assiette
Rouler / déposer le rôti dans le mélange, sur tous les côtés.

Emballer les légumes séparément dans du papier d'aluminium.

Mettre une grosse noix de beurre dans le I-pot
Un filet d'huile d'olive.
Sauté à high.
Saisir le rôti sur tous les côtés.

Sortir le rôti et réserver
Ajouter une bonne noix de beurre et un peu de bouillon de boeuf
Déglacer le fond du I-pot avec cuillère de bois.

Ajouter les oignons et saisir pour bien les dorer. (2-3 minutes)
En déglaçant, nettoyant le fond du I-Pot pour tout décoller.

Ajouter le support par-dessus les oignons
Y remettre le rôti.
Ajouter une tasse de bouillon de bœuf et une tasse de vin rouge,
Ajouter les légumes (enveloppés dans le papier d'aluminium)

Fermer le I-Pot , fermer la valve.
Pressure / manual high pour 1 minute par 100 grammes
Quick release.

Sortir les légumes
Sortir le rôti et mettre dans du papier d'aluminium au four pour garder chaud et laisser la viande se détendre.. (170 degrés)

Déballer les légumes et les déposer dans le Instant pot

Bien mélanger.

Pressure / manual high pour 4 à 5 minutes.

Quick release.

Sortir les légumes et réserver au chaud

Remettre le Instant pot en mode sauté

Ajouter deux enveloppes de sauce aux 4 poivres Knorr.

Bien mélanger et porter à ébullition.

Trancher le rôti

Monter les assiettes avec les légumes.

Napper les tranches de rôti de sauce au poivre ou présenter dans un bol à part.

Bon appétit !