



Préparation : 10 minutes
Cuisson : 1 heure 55 minutes
Total : 2 heures 5 minutes
Portions : 2 à 4

- 2 c. à soupe d'huile
- 1 à 3 livres de rôti de boeuf (Palettes, Côtes croisées)
- 4 gousses d'ail émincées
- 2 petits oignons émincés
- 1 tasse (250 ml) de bouillon de poulet non salé
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de sauce de soja légère (pas de sauce de soja à faible teneur en sodium)
- 1 cuillère à soupe (15 ml) de sauce de poisson
- 1 cuillère à soupe (15 ml) d'huile d'olive
- 1 pincée de romarin séché
- 1 pincée de thym
- 2 feuilles de laurier
- 2 cuillères à soupe (30 ml) de vin rouge ou de vinaigre balsamique pour déglacer
- Sel kasher et poivre noir moulu au goût
- 8 champignons blancs tranchés
- 2 carottes hachées
- 2 - 4 pommes de terre, en quartiers
- 1 ½ cuillère à soupe (12 g) de fécule de maïs mélangée à 2 cuillerées à soupe (30 ml) d'eau

Mettre l'ip sur. SAUTÉ. Lorsqu'il indique Hot, y faire brunir le rôti environ 10 m. de chaque côté. Ajouter les oignons environ 1 minute jusqu'à ce qu'ils ramollissent. Ensuite, ajouter l'ail et remuez pendant 30 secondes. Ajouter les champignons et assaisonner avec une autre pincée de sel casher si vous le souhaitez. Remuer et cuire encore 2 minutes. Déglacer : verser un trait de vin rouge ou de vinaigre balsamique et déglacer le fond de la cuve avec une cuillère en bois. Ajouter 1 tasse (250 ml) de bouillon de poulet, 1 cuillère à soupe (15 ml) de sauce de soja légère, 1 cuillère à soupe (15 ml) de sauce de poisson, 1 pincée de romarin séché, 1 pincée de thym et 2 feuilles de laurier. Goûtez l'assaisonnement et ajoutez plus de sel et de poivre si nécessaire. Cuire 45 m. sur MANUAL/PRESSURE COOK. La cuisson terminée, faire descendre la pression naturellement 25 m.

Retirez le rôti de l'instant pot et le mettre de côté. Couvrir le rôti de papier d'aluminium et laisser reposer pendant la cuisson sous pression des légumes. Plonger les pommes de terre en quartiers dans la sauce et mettre les carottes sur les pommes de terre. Cuire 4 m à MANUAL/PRESSURE COOK. Cuire 4 m. sur MANUAL/PRESSURE COOK et dépressuriser rapidement. Goûtez la sauce une dernière fois et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire. Mélangez 1 ½ cuillère à soupe (12 g) de fécule de maïs avec 2 cuillerées à soupe (30 ml) d'eau et mélangez-le à la sauce un tiers à la fois jusqu'à l'épaisseur souhaitée.

Traduit de : <https://www.pressurecookrecipes.com/easyrecipe-print/3267-0/>