



Rôti de palette à l'érable, orange et sauce demi-glace

- 1 rôti de palette
- 1 tasse de jus d'orange
- 1 enveloppe de sauce demi-glace
- 1 tasse d'eau
- 1/2 tasse de sirop d'érable
- 1 oignon haché
- 2 cuillères à soupe d'huile

Mettre l'instant pot sur SAUTÉ et ajouter l'huile. Faire dorer l'oignon et ajouter le rôti. Faire brunir le rôti des deux côtés. Diluer la sauce demi-glace dans une tasse d'eau. Ajouter le mélange jus d'orange, sirop d'érable et demi-glace au rôti. Cuire 35 m. à MANUAL/ PRESSURE COOK. Laisser la pression descendre naturellement 15 min. Si vous désirez ajouter des légumes, dépressuriser rapidement su bout de 25 min. Repartir le cuiseur 10 min. et laisser la pression descendre 15 min.

Louise Boulanger