

Ragoût de bœuf style maison à l'autocuiseur



TEMPS DE PRÉP :
5 MIN



TEMPS DE CUISSON :
55 MIN



PORTION :
6

Ingrédients

2 c. à s. (30 mL) huile végétale

2 lb (908 g) cubes de bœuf pour ragoût

1/3 tasse (80 mL) farine tout usage

1 1/2 tasses (375 mL) eau

1 tasse (250 mL) bouillon de bœuf condensée de CAMPBELL'S®

2 tasses (500 mL) petites pommes de terre

2 tasses (500 mL) carottes miniatures

1 gros oignon, haché grossièrement

3 gousses d'ail, émincées

1 c. à t. (5 mL) romarin séché

1/4 c. à t. (1 mL) sel

1/4 c. à t. (1 mL) poivre noir

1 1/2 c. à t. (8 mL) sauce Worcestershire

1 tasse (250 mL) petits pois

Préparation

- 1 Ajouter l'huile dans l'autocuiseur et appuyer sur le bouton « Sauté ». Quand l'huile est chaude, faire dorer le bœuf quelques cubes à

la fois, puis le déposer dans une assiette.

- 2 Au fouet, combiner la farine avec ½ tasse (125 mL) d'eau. Ajouter dans l'autocuiseur le reste de l'eau et le bouillon, en grattant le fond de la poêle pour décoller tous les petits morceaux; incorporer le mélange de farine. Remettre le bœuf et les jus qu'il a produits dans l'autocuiseur. Ajouter les pommes de terre, les carottes, l'oignon, l'ail, le romarin, le sel, le poivre et la sauce Worcestershire.
- 3 Fermer et verrouiller le couvercle; tourner la soupape en position « Seal » (scellé). Annuler la fonction « Sauté »; appuyer sur le bouton « Meat/Stew » (viande/ragoût) et régler la minuterie pour 35 minutes de cuisson.
- 4 Laisser refroidir pour diminuer la pression (ou utiliser la valve de relâchement rapide de pression) et ouvrir le couvercle comme indiqué.
- 5 Ajouter les petits pois, couvrir et laisser reposer 5 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit chaud.

Conseils et Recettes

- Pour épargner du temps, faites dorer le bœuf dans une grande poêle – elle permet de saisir une plus grande quantité de viande à la fois que l'autocuiseur électrique.
- Parsemez d'un peu de persil frais haché, au goût.
- Servez avec du pain croûté pour le tremper dans la sauce.