

Ragoût de bœuf style maison à l'autocuiseur

TEMPS DE PRÉP

5 MIN

TEMPS TOTAL

1 H

PORTION

6



[Imprimer](#)



[Sauver](#)

Ingrédients

Métrique Impérial

- 2 c. à s. huile végétale
- 2 lb cubes de bœuf pour ragoût
- 1/3 tasse farine tout usage
- 1 1/2 tasses eau
- 1 tasse bouillon de bœuf condensée de CAMPBELL'S®
- 2 tasses petites pommes de terre
- 2 tasses carottes miniatures
- 1 gros oignon, haché grossièrement
- 3 gousses d'ail, émincées
- 1 c. à t. romarin séché
- 1/4 c. à t. sel
- 1/4 c. à t. poivre noir
- 1 1/2 c. à t. sauce Worcestershire

1 tasse petits pois

Envoyer les ingrédients par courriel + Valeur Nutritionnelle

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.*

Avez-vous cuisiner cette recette?

Laissez un commentaire si-dessous.