

Ragoût de boeuf à la hongroise



Préparation 25 m.
Cuisson 30 m.

2 c. à table d'huile d'olive
1 1/2 livre de boeuf à ragoût
3/4 de c. à thé de sel
1/2 c. à thé de poivre
2 oignons hachés
1 c. à table de paprika
3 gousses d'ail
1 c. à thé de graines de cumin
1 t. de vin rouge
1 3/4 t. d'eau
1 1/2 t. de bouillon de boeuf non salé
1 livre de pommes de terres grelots
3 carottes tranchées
2 poivrons rouges tranchés
2 c. à table de farine

Saler et poivrer la viande avec 1/2 c. à thé de sel et 1/4 de c. à thé de poivre.

Placer le ip sur SAUTÉ. Verser l'huile et quand elle est chaude faire brunir la viande pour qu'elle brunisse. Le faire en 3 coups. Mettre la viande brunie de côté.

Ajouter les oignons et cuire 5 m. en brassant constamment.

Ajouter le paprika, le cumin et l'ail et cuire 1 m.

Ajouter le vin et cuire 2 m. Pour déglacer, gratter comme il le faut le fond de la casserole pour enlever les morceaux collés. Ajouter 1 1/2 t. d'eau, le bouillon

de boeuf, la viande et le jus accumulé ainsi que le reste du sel et du poivre.

Cuire 25 m. sur MANUAL High et laisser descendre la pression naturellement 10 m.

Ouvrir le couvercle, ajouter les carottes, les pommes de terre et les poivrons et cuire 5 m. Faire baisser la pression rapidement.

Mélanger 1/4 de t. d'eau à la farine et bien mélanger. Ramener le ip sur SAUTÉ, LESS. Ajouter le mélange au ragoût et cuire 5 m. En brassant.

Traduit de : Hungarian beef stew. Appli. Instant pot.