

Mon roast beef saignant à l'instant pot

2 oignons rouges

Beurre

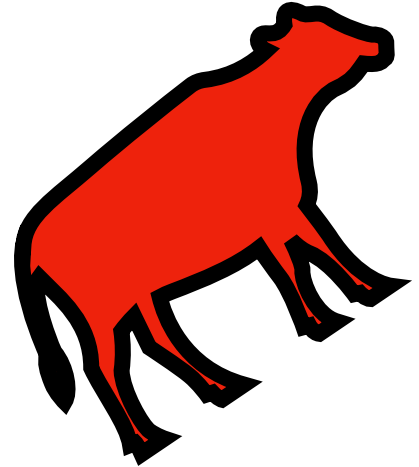
Farine

Sel, poivre, oregan, thym, moutarde sèche

1 paquet de champignons tranchés

2 enveloppes de sauce au boeuf

1 roast beef de 2 à 3 livres



Temps de cuisson **1 m. par 100 gr.**

Comme mon rôti avait 1424 gr, soit un peu moins de 3 livres j'ai fait cuire 14 m.

À la fin de la cuisson dépressuriser (QR) rapidement.

Mettre le ip sur SAUTÉ, High.

Pendant qu'il chauffe mettre la farine dans une assiette avec le sel, le poivre, l'orégan, le thym et la moutarde.

Bien fariner le rôti de tous les côtés.

Faire fondre le beurre et faire revenir les oignons de 4 à 5 m. jusqu'à ce qu'ils commencent à dorer. Les retirer et les mettre de côté. Mettre le rôti dans le ip et le faire brunir de tous les côtés. Mettre le rôti dans

une assiette. Ajouter les champignons et les faire revenir. Retirer les champignons et verser 2 t d'eau (ou 1 t. de vin et 1 t. d'eau) pour déglacer. Très bien gratter le fond pour décoller les particules collées



Remettre le rôti dans le ip avec les oignons et les champignons.

Mettre le couvercle et cuire sur **MANUAL** 1 m par 100 gr.

Quand la cuisson est terminée, descendre la pression rapidement. Retirer le rôti et l' envelopper dans un papier d'aluminium.

Remettre le ip sur **SAUTÉ**, verser les enveloppes de sauce et bien mélanger. Faire bouillir quelques minutes.

Trancher le rôti et servir avec la sauce.

