

# metro



## Rôti à la moutarde

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ☆ ☆ 4 Votes



Sans Lactose

6 PORTIONS | 0:20 PRÉPARATION | 2:15 CUISSON | 2:45 TEMPS TOTAL

### Ingrédients

**2 kg (4 lb)** Rosbif de côte d'aloiau avec os

Quantité suffisante, sel et poivre

**30 ml (2 c. à soupe)** Huile d'olive extra vierge

**75 ml (5 c. à soupe)** Moutarde de Dijon

**30 ml (2 c. à soupe)** Romarin, haché finement

**30 ml (2 c. à soupe)** Thym, haché finement

**15 ml (1 c. à** Grains de poivre noir, concassé grossièrement

### Préparation

Préchauffer le four à 150 °C (300 °F).

Saler et poivrer le rosbif de côte d'aloiau.

Dans une poêle, faire chauffer l'huile à feu moyen-vif.

Faire saisir la viande sur toutes ses faces jusqu'à coloration.

Badigeonner le rosbif avec la moutarde de Dijon.

Dans une assiette à large rebord, mélanger le romarin, le thym, le poivre concassé et la chapelure.

Rouler le rosbif dans le mélange d'épices en prenant soin de couvrir complètement la moutarde.

Placer le rosbif sur une grille, os en dessous dans une rôtissoire peu profonde et faire cuire à découvert jusqu'au degré de cuisson désiré. Vous pouvez aussi déposer le rosbif sur un lit de carottes, d'oignons et de céleri.

Retirer la viande du four et laisser reposer dans un papier aluminium 10 minutes. Trancher et servir aussitôt.

Source : Académie Culinaire

### Accords vins et mets

soupe)

---

**60 ml** Chapelure régulière  
**(1/4 tasse)**

---



### Aromatique et souple

Ces vins mi-corsés se distinguent par des tannins souples apportant habituellement une certaine rondeur. Ils sont souvent dominés par des parfums de fruits mûrs ou des notes boisées (pain grillé, café ou vanille).

Catégorie de produits : vin rouge.

© Société des alcools du Québec, 2007

---

### Accords bières et mets



### Robuste et maltée

Appréciée pour ses arômes grillés. Des saveurs de caramel et de malt grillé soulignent le caractère houblonné et amer de cette bière au corps moyen.

---

### Mentions légales

#### Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

**Metro Richelieu inc.** , ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---