



Rôti de palette balsamique et dijon instant pot

Boeuf, IP - Boeuf

INGRÉDIENTS

Rôti de palette balsamique et dijon

1 roti de palette coupé en gros morceaux (1Kg ou 1.5Kg) ou des cubes de boeuf à ragoût

2 c à table d' huile de canola

1 oignon moyen coupé en dés

1/3 de tasse de vinaigre balsamique 2 c à tab de moutarde de dijon Thym frais ou séché

2 tasses de bouillon de boeuf

sel et poivre

INSTRUCTIONS

Mettre le IP en mode sauté et lorsque ça indique HOT y ajouter l'huile et faire saisir le rôti. Saler et poivrer. Mettre de côté

Toujours à SAUTÉ (médium) faire revenir les oignons 5 minutes

Ajouter le vinaigre et laisser réduire 5 minutes

Ajouter la moutarde et mélanger

Remettre le boeuf dans le IP et ajouter le bouillon de boeuf et le thym

Cuire 25 minutes et sur MEAT/STEW

Faire un QR et ajouter des pommes de terre et carottes sur le dessus dans une marguerite et remettre la cuisson pour 10 minutes

Faire un NR de 15 minutes et un QR

Pour épaissir le bouillon retirer la viande et les légumes mettre en mode SAUTÉ et ajouter (2 c tab de fécule de maïs + 2 c à tab d'eau mélanger dans un petit bol)