



Recherche...



(<https://cuisineravecmiceline.com/wp-content/uploads/2017/09/Jarret-de-boeuf-aux-carottes.jpg>)

## Recette Instant Pot: Jarret de boeuf aux carottes

4.3 (85%) 4 vote[s]

Lisez aussi

➔ [COMMENT CUISINER AVEC L'INSTANT POT \(HTTPS://CUISINERAVECMICHELINE.COM/FR/CUISINER-AVEC-LINSTANT-POT/\)](https://cuisineravecmiceline.com/fr/cuisiner-avec-linstant-pot/)

Cette recette est une adaptation de la délicieuse recette de Jarret de bœuf aux carottes du livre "Les secrets des sauces" du chef Jérôme Ferrer. Apprêter des jarrets de boeuf de cette manière a été une révélation gourmande. Toute la famille adore. Avec l'autocuiseur Instant Pot, on le prépare avec une seule casserole en utilisant les fonctions « saute » et « slow cook ». Le temps de cuisson est de 3 à 4 heures selon l'épaisseur des jarrets.



Portions: 2

 TEMPS DE PRÉPARATION  
20 mins TEMPS DE CUISSON  
3 hrs TEMPS TOTAL  
3 hrs 20 mins<https://cuisineravecmiceline.com/fr/recettes/jarret-de-boeuf-aux-carottes/?print=1>

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile végétale
- 2 jarrets de bœuf avec os d'environ 2.5 cm (1 po) d'épaisseur
- Sel et poivre
- 1 oignon haché
- 2 grosses carottes en tronçon de 2,5 cm (1 po)
- 1 petite tomate pelée et taillée en dés
- 1 gousse d'ail hachée finement
- 125 ml (1/2 tasse) de vin rouge
- 125 ml (1/2 tasse) de bouillon de veau ou bœuf
- 125 ml (1/2 tasse) d'eau froide
- 1 branche de thym ou 5 ml (1 c. à thé) de thym séché

**1** Sélectionner la fonction « sauté », sélectionner 30 minutes de temps, sélectionner « hot » ou « custom » et ajuster à 335 °F selon votre appareil. Peser sur le bouton « start ».

- 2 Saler et poivrer les jarrets. Dès que l'indicateur affiche « hot » ou « cooking » verser l'huile dans la casserole et faire revenir les jarrets des deux côtés sans couvrir jusqu'à légère coloration (assurez-vous que les jarrets soient espacés; au besoin cuire un jarret à la fois). Réserver.
- 3 Ajouter les oignons et les carottes à la casserole et cuire environ 2 minutes jusqu'à ce que les légumes soient luisants. Appuyer la touche « cancel »
- 4 Ajouter la tomate, l'ail, le vin, le bouillon, l'eau et le thym et remuer. Enfouir les jarrets dans le bouillon et répartir les légumes autour. Couvrir.
- 5 Sélectionner la fonction « slow cook », mettre 3 heures de cuisson et choisir « high » avec la valve de pression en position "venting". Pour que le bœuf soit réservé au chaud choisir la fonction « warm ». Peser sur la touche « start ». Le bœuf est cuit à point lorsqu'il se défait à la fourchette et que les carottes sont tendres. Au besoin ajouter 1 heure de cuisson.



Jarret-de-boeuf-instantpot1



- 📍 Étiquettes > boeuf (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/tag/boeuf/>)
- 📁 Catégories > Articles (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/articles/>), Au Menu (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/au-menu/>), Automne (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/cuisine-des-saisons/automne/>), Cuisine des saisons (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/cuisine-des-saisons/>), Hiver (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/cuisine-des-saisons/hiver/>), Plats Principaux (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/au-menu/plats-principaux/>), Recettes (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/>), Recettes Instant Pot (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/cat%C3%A9gorie/recettes/recettes-instant-pot/>)

⬅️ (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/petits->) ➡️ (<https://cuisineravecMicheline.com/fr/conver>)



(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/a-propos/>)

**Micheline Mongrain-Dontigny**

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/a-propos/>)

## 6 thoughts on “Recette Instant Pot: Jarret de boeuf aux carottes”

ANONYME

looks very good, We are going to try tonight!

mars 3, 2018 à 2:06 pm

([https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-](https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-142)

[instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-142](https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-142))

➡️ **Répondre**

**MICHELINE  
MONGRAIN  
DONTIGNY**

mars 21, 2018 à  
4:18 pm

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-152>)

Hope you enjoyed this dish

→ Répondre

**ANONYME**

avril 9, 2018 à  
12:18 pm

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-161>)

We did! Simple and delicious, thanks.

→ Répondre

**CLAIRE**

août 29, 2019 à 2:56 pm

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-916>)

Je viens de me procurer instant pot ultra comme vous. Dans cette recette, vous dites de mettre la valve de pression à venting ce que je ne comprends pas. Est-ce que ce modèle se place tout seul? Et est-ce qu'il est mieux d'utiliser un couvercle en verre? Merci de me répondre. Anonyme

→ Répondre

**MICHELINE  
MONGRAIN  
DONTIGNY**

août 29, 2019 à  
5:05 pm

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-917>)

Bonjour Claire, comme cette recette est préparée en mode slow cook (mijoteuse) il faut que le petit bouton noir pour la pression demeure en bas il suffit de peser dessus une fois que tu as fermé le couvercle. Il n'est pas nécessaire d'avoir un couvercle spécial si ce bouton est à venting je n'utilise pas de couvercle spécial pour ce mode de cuisson il suffit simplement de s'assurer de peser sur le bouton il restera en bas tout au long de la cuisson.

Bonne dégustation,

Micheline

→ Répondre

**CLAIRE**

août 29, 2019  
à 9:23 pm

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/recette-instant-pot-jarret-de-boeuf-aux/#comment-918>)

Merci beaucoup pour la réponse. Le livre qui vient avec l'Ultra n'a pas assez d'info sur ce modèle . Et en français , il n'y a presque rien pour nous aider. Merci encore!

instant-pot-  
jarret-de-boeuf-

→ Répondre

aux/#comment-  
918)

## Laisser un commentaire

Votre adresse courriel ne sera pas publiée.

NOM

COURRIEL

SITE WEB

COMMENTAIRE

LAISSER UN COMMENTAIRE



(/a-propos/)

Bonjour, je m'appelle Micheline  
C'est un plaisir de vous  
accompagner  
dans votre Cuisine!

À Propos  
(<https://cuisineravecmiceline.com/fr/a-propos/>)



### INFOLETTRE

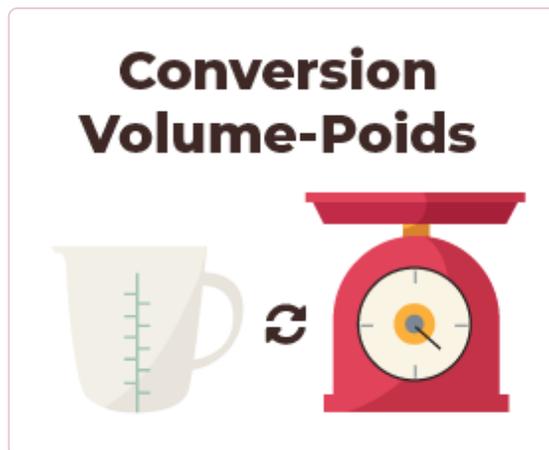
Soyez au courant de mes  
toutes nouvelles recettes

**Abonnez-Vous!**



(<https://cuisineravecmiceline.com//les-grands-classiques-de->

la-cuisine-d/)



(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/conversion-volume-poids-des-aliments/>)

### Guide de températures

(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/guide-de-temperatures-des-cuissons/>)



(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/guide-de-temperatures-des-cuissons/>)



(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/donations/>)

**VOUS AIMEZ NOS  
RECETTES !**

**Offrez-nous du café**  
(<https://cuisineravecMicheline.com/fr/donations/>)

Traditional Quebec Cooking: a treasure of heirloom recipes: Une collection de recettes familiales simples et savoureuses, faciles à préparer



**Julian Armstrong**  
The Gazette, Food

## RECHERCHEZ



## INSCRIVEZ-VOUS À MON INFOLETTRE!

## RETROUVEZ-MOI SUR



(<https://www.facebook.com/Cuisiner-avec-Micheline-Mongrain-Dontigny-300502856396/>)



([https://www.instagram.com/micheline\\_mongraindontigny/](https://www.instagram.com/micheline_mongraindontigny/))



(<https://twitter.com/michelinemong>)



(<https://www.pinterest.fr/michelinemong/>)

## AUTEUR

À Propos

Contact

Conditions

## PETITS CARACTÈRES

Toutes images et contenu de ce site web ne sont pas libres de droit. Merci de ne pas les utiliser sans mon autorisation.

Cuisiner avec Micheline – © 2009 – 2019

## DESIGN PAR

Sébastien Dontigny (<mailto:sebastiendontigny@live.com>)

