

## **Steak -Bifteck de boeuf traditionnel**

(préparation + cuisson: 50 minutes. : Portions: 8)

4 lb bifteck ronde  
2 c. à table d'huile végétale  
1 c. à thé de poivre noir  
1 tasse de ketchup  
1 tasse d'oignons en dés  
4 c. à thé Sauce Worcestershire  
6 gousses d'ail  
1 tasse de farine tout usage  
1 c. à thé de sel

Mettre la farine dans une assiette et enrober les steaks de farine.

Réglez l'instant pot sur la fonction \* Sauté \* et ajoutez de l'huile. Ajouter les biftecks et bien cuire pour les brunir des deux côtés, ajouter les ingrédients restants et fixer le couvercle. Faites cuire sur la fonction \* Manual / Pressure\* pendant 30 minutes à haute pression, Laisser descendre la pression naturellement (10-15 min.)

Traduit de :

The Complete Instant Pot Cookbook: 500 Simple and Delicious Instant Pot Recipes For The Everyday