

Steak aux poivrons à l'InstantPot

Ingrédients.

1 1/2 Livre de steak de ronde coupé en languettes.

1 Noix de beurre.

1 Cuillère a table d'herbes salées.

1 Poivron rouge coupé en languettes.(Voir note).

1 Oignon moyen coupé en deux puis tranché.

3 ou 4 champignons coupés en deux. (Facultatif).

1 Gousse d'ail broyée.

2 Cuillères à table de sauce aux huitres.

2 Tasse de bouillon de bœuf.

2 Cuillères à table de fécule de maïs.

Préparation.

Activer l'InstantPot en mode Sauté en s'assurent d'être à More pour la température

Y ajouter la noix de beurre.

Faire revenir légèrement l'oignon et l'ail.

Ajouter les languettes de bœuf et les faire revenir à leur tour.

Ajouter maintenant les languettes de piment et les champignons et remuer le tout.

Ajouter 1 tasse 3/4 de bouillon de bœuf.

Ajouter la sauce aux huitres et remuer de nouveaux.

Fermer le couvercle de l'InstantPot. Et assurez-vous que la poignée est sur Saealing.

Appuyer sur Cancel et maintenant sur Pressure Cook pour 8 minutes.

Assurez-vous d'être à More pour la température et à High pour la pression

Diluer la fécule de maïs dans le ¼ de tasse du bouillon de bœuf qui reste.

NR " Évacuation naturel " pour dix minutes.

Ajouter la préparation de fécule, mélanger légèrement.

La très haute température va permettre l'épaississement.

Et voilà prêt à servir.

Note Il n'est pas utile de choisir une viande plus tendre donc plus dispendieuse car l'InstantPot l'attendrira. L'on peut utiliser des poivrons de la couleur disponible mais je préfère ne pas employer les verts car ils sont plus indigestes et avouez que ça se présente mieux avec des rouges.

Mon InstantPot est un Viva 6 Qt (pintes)

Je dois vous avouer une chose qui pour plusieurs a peu d'importance, mais pour moi c'est important. J'emploie de la fécule de pomme de terre et non de maïs. La fécule de pomme de terre cuit plus rapidement c'est pour cela qu'elle est plus adaptée pour l'InstantPot. A la fin de la cuisson juste la température élevée lui suffit, de plus elle donne une sauce plus éclatante, brillante (Glossy).

