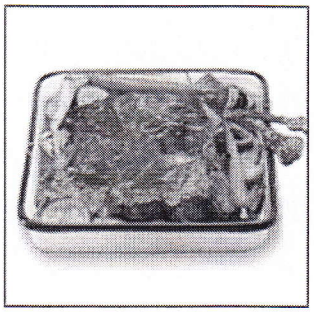
WWW.METRO.Ca

Rosbif de bas de palette aux légumes d'hiver

4 portions

Préparation 15 minutes

Cuisson 6 heures



Ingrédients

- **1 rosbif de bas de palette, environ 1 kg (2 lb)**
- 30 ml (2 c. à soupe) huile d'olive*
- 2 oignons, tranchés grossièrement
- 30 ml (2 c. à soupe) moutarde de Dijon*
- 4 gousses d'ail, pelées, dégermées et émincées
- 1 sachet de préparation pour soupe à l'oignon*
- 250 ml (1 tasse) sauce tomates, oignon et ail pour pâtes*
- 1 boîte (284 ml) bouillon de bœuf* (même quantité d'eau)
- Vos légumes d'hiver favoris : pommes de terre grelots, carottes, navets, courge, panais, courgettes, coupés en très gros morceaux, et petits champignons entiers.
- Au goût, sel et poivre

Préparation

- Dans la rôtissoire, chauffer l'huile d'olive et faire revenir les oignons. Saisir le rosbif des deux côtés. Éteindre le feu.
- Préchauffer le four à 120 °C (250 °F).
- Garnir le rosbif de moutarde de Dijon et d'ail émincé. Répartir le contenu du sachet de préparation pour soupe à l'oignon et la sauce tomates sur la viande.
- Ajouter le bouillon de bœuf et l'eau. Cuire au four pendant 6 heures à découvert.
- Au cours de la cuisson, ajouter une tasse d'eau de temps à autre pour obtenir un beau bouillon. Après trois heures de cuisson, retourner la pièce de viande afin d'éviter qu'elle ne sèche. Une heure avant la fin de la cuisson, disposer les légumes autour du rosbif (sauf les champignons et les courgettes, que vous ajouterez seulement 15 minutes avant la fin). Saler et poivrer. Laisser doucement mijoter dans le bouillon.

Selection *Nous recommandons les produits Selection Merite