



Rôti de bœuf à la Tessinoise

Ingrédients

- Kilogramm Rôti de boeuf
- Carottes crues
- dl Vinaigre, vin rouge
- Würfel Bouillon KUB Bœuf MAGGI
- Oignons
- gousses d'ail
- El. Huile végétale
- Zweig Sauge fraîche
- Zweige Romarin frais
- pincée Sel
- pincée de poivre
- feuille Épices, laurier

Préparation

1. Frotter le rôti avec le sel et le poivre, puis le saisir sur tous les côtés dans l'huile chaude. Ajouter les carottes, l'ail et les oignons.
2. Mouiller avec le vin rouge et le bouillon. Glisser le rôti dans le four préchauffé à 200°C.
3. Ajouter le romarin, la sauge et la feuille de laurier. Couvrir le plat (évt. avec du papier aluminium) et faire braiser 2 heures environ. Laisser réduire un peu la sauce.
4. Sortir le rôti, l'envelopper dans du papier aluminium et laisser reposer 10 minutes. Couper le rôti en tranches pas trop épaisses.
5. Dresser le rôti avec les carottes, l'ail et les oignons.
6. Au besoin, faire réduire encore un peu la sauce et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

270

6 Portions

Kohlenhydrate	8.93 g
Energie	299.91 kcal
Fette	12.43 g
Protein	39.58 g