

METHODE DE CUISSON POUR ROTI DE BOEUF CUIT AU FOUR ET SAUCE AU POIVRE.

Par Ghislain Bonneau a gbphotodidactical.ca

Dernière Révision 2012-01-08

Temps de préparation; 1 heure.

Temps de cuisson; 3 heures et demie.

Pour rôti moyen cette recette donne environ 6 à 8 portions adultes.

POUR FAIRE CUIRE UN ROTI DE BOEUF (sans Os).

Les ingrédients ci bas s'appliquent pour cette section seulement.

Utiliser un plat en Pyrex de 11 par 15 pouces.

- 1 Rôti de Bœuf de 1.5 kg. a 2 kg. Environ. (Rôti De Côte Croisé)
- 1 Tasse d'eau.
- 3 C.A. Soupe de Bouvril de Bœuf concentré.
- ¼ C.A. Thé de sel
- ¼ C.A. Thé de Poivre noir moulu.
- 1 Oignon jaune moyen (coupé en morceaux)

Pour un rôti de moyenne taille, environ 1.5 Kilogramme, faire cuir le rôti dans un plat en pyrex dans 1/2 pouces d'eau au fond de la panne. Epandre sur toute la surface du rôti environ 3 C.A. Soupe de Bouvril de Boeuf, puis saupoudrez du Sel et de Poivre noir moulu puis mettez les morceaux d'oignon un peut partout sur le rôti et dans le plat.

Préchauffer le four à 375 degrés F. et laisser le Rôti au four pendant une heure et demie. **(NE PAS COUVRIR LE ROTI POUR L'INSTANT)**. Après une heure de cuisson verser sur le rôti une tasse ou deux d'eau chaude incluant 2 C.A. Soupe de Bouvril, puis continuer la cuisson encore une autre 30 minutes à **375 degré F.** Ne jamais laisser le fond du plat de pyrex devenir sec.

Après une heure et demi de cuisson le rôti devrait être seulement semi cuits. Sortir maintenant le rôti du four et laisser refroidir un peut puis enlever les cordes si il y en as et trancher le rôti au complet en tranche d'environ 1/4 de pouce a 1/2 pouce d'épaisseur. Transvider tout le jus qui reste de la cuisson du rôti dans un grand pot pour cuisson pour faire la sauce ci bas. Maintenant placez les tranches de rôtis superposer pour couvrir la totalité du fond du plat en pyrex.

INGRÉDIENTS POUR LA SAUCE AU POIVRE:

Les ingrédients ci bas s'appliquent pour cette section seulement.

- 1 Tasse de vin rouge (Je suggère le **Proprietor's Reserve (Shiraz)** Vous allez l'aimer, j'en suis certain.
- ½ Tasse de beurre (ou 1/2 Tasse de Margarine).
- ¾ Tasse de Farine Blanche tout usage.
- 1 Oignon jaune (moyen).
- 4 Tasse d'eau.
- ½ C.A. Thé de **Poudre d'ail.** (Pas du sel d'ail)
- ¼ **C.A. Thé de poivre NOIRE MOULU.**
- ¼ C.A. Thé de Sel.
- 2 Pincé de Sauge.
- 2 Pincé de Sarriette.
- 2 C.A. Soupe de Bouvril de bœuf concentré.
- 1 C.A. Soupe de Base de Poulet EN POUDRE.
- 1 C.A. Soupe de Feuilles de Coriandre en flocons.

Faire brunir les oignons dans le beurre ou la margarine puis y ajouter un peut de farine tout en brassant comme dans une sauce blanche lorsque le tout est épaissi y ajoutée le vin, l'eau et toutes les autres assaisonnements ci haut. Quand la sauce commence à mijoter baisser le feu à moyen et ajouter le reste de la farine très graduellement en brassant vivement sans arrêt pour bien épaissir la sauce. Lorsque la sauce est prête, et assez épaisse laisser mijoter encore 10 minutes tout en brassant puis égoutter la sauce à travers une passe fine pour enlever les Oignons et les montons de farine qui reste pour donner une sauce bien claire et propre.

Après avoir égoutter la sauce y rajouter 3 C.A. Soupe DE POIVRE NOIR EN GROS GRAIN. Si vous n'aimez pas les grains de poivre dans la sauce vous n'aurez qu'à égoutter la sauce une autre fois après la seconde cuisson des tranches de Rôtis au four. Verser la sauce avec le poivre noir en gros grain sur les tranches de viandes dans le même plat de pyrex pour couvrir la viande complètement de la sauce, puis couvrir le plat de papier d'aluminium étanchement et placez au four pendant **deux heures a 225 degré f.** Si vous laisser le rôti cuire trop longtemps la viande seras trop cuite et briseras en morceaux, et si elle n'est pas assez cuite elle seras un peut trop dure. Les temps de cuisson suggéré ci haut sont pour un rôti moyen. Sortir du four enlever le papier d'aluminium et servir avec Patates cuites en morceaux ou pile et carottes ou brocoli. Les patates et carottes auront meilleur goût cuit dans la sauce au poivre. **La même technique de cuisson peut être employé pour cuire des Rôtis de Veau, de Porc ou de Mouton.**

BON APPÉTIT.