Rosbif

Ingrédients :

Rosbif ficelé et non bardé
Huile d'olive
Sel, poivre

Cocotte de base 6 pers.

1 kg
1 filet
facultatif*

Cocotte de base 8 pers.

1,5 kg
1 filet
facultatif*

Préparation :

- 1 - Sortez le rosbif du réfrigérateur 1 h à l'avance.
- 2 - Enduisez-le légèrement de matière grasse.
- 3 - Disposez la viande directement dans le fond de la cocotte, **sans ajouter d'eau**.
- 4 - Fermez la cocotte et mettez en cuisson.
- 5 - **Ne salez (facultatif) que lorsque le rôti est cuit afin de conserver la tendreté de la viande.*

Temps de cuisson :

	35/45 mn selon les goûts	45/55 mn selon les goûts
Inversion*	15 mn	25 mn
HAUT :	Maxi	Maxi
BAS :	Maxi	Maxi

*inversez la cocotte en cours de cuisson : voir p.7

Dès la fin de la cuisson, **ouvrez la cocotte** pour stopper la cuisson.
Attendre 5/10 mn avant de couper la viande.

Conseils / Notes :

- Le temps de cuisson dépend de l'épaisseur du rôti et non du poids. S'il est très épais, n'hésitez pas à augmenter un peu le temps de cuisson.