



Rosbif (cuisson à basse température)

Recette pour: 4 personnes

- 1 kg de ros bif
- 1 cc de moutarde
- 1 cc de sel
- Poivre noir du moulin
- 1 cs de feuilles de romarin
- 1 cs d'huile d'olive ou de beurre à rôtir
(pour saisir la viande)

Préchauffer le Hold-o-mat à 120 °C. Placer la grille de cuisson équipée de la lèche-frite dans le Hold-o-mat. Tamponner le ros bif avec de l'essuie-tout. Dans un bol, mélanger la moutarde, le sel, le poivre et le romarin, puis en badigeonner la viande. Faire colorer la viande dans la matière grasse, enfourner dans le Hold-o-mat et cuire pendant 30 minutes à 120 °C, volet ouvert. Abaisser la température à 95 °C et poursuivre la cuisson jusqu'à ce que le cœur du rôti atteigne 58 °C. Ensuite la pièce peu être maintenue au chaud, à 70 °C, pendant environ 3 heures 30. Avant de servir, passer la viande dans un beurre noisette rehaussé d'herbes fraîches (romarin ou thym). Pour obtenir une cuisson saignante, la température à cœur doit atteindre entre 52 et 57 °C et pour une cuisson à point, entre 58 et 60 °C (programme 1 du Hold-o-mat KTM).