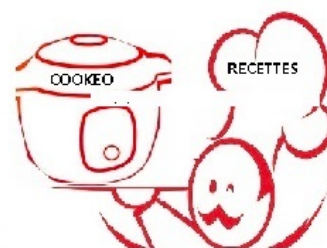


# Fiche cookeo rôti de boeuf moutarde ancienne



## Rôti de boeuf moutarde ancienne

398 CAL 10 PP 12 SP



### Ingrédients pour 4 personnes

1 rôti de 800 g  
1 verre de vin blanc sec 150 ml  
150 g d'oignons congelés  
Huile d'olive  
2 cuillères à soupe de moutarde  
Sel  
Poivre



### Préparation

Sélectionnez l'onglet « recettes » puis « plat » et « rôti de bœuf à la moutarde »  
L'appareil vous demande si vous voulez commencer la recette faites oui .  
L'appareil se met en préchauffage .  
L'appareil vous demande faire dorer la viande avec de l'huile . Ajoutez donc l'huile ,le rôti et les oignons dans la cuve .Faites revenir le rôti sur toutes ses faces.  
Puis arrêtez la fonction dorer et ajoutez le reste des ingrédients à savoir le vin blanc et la moutarde.  
Salez et poivrez .  
Démarrez la cuisson et fermez le couvercle .  
Servez chaud

<https://www.facebook.com/cookeorecettes/>

<http://sport-et-regime.com/category/cookeo/>

<http://recettescookeo.net/>

# Fiche cookeo rôti de boeuf moutarde ancienne

Une recette qui présente 398 calories 10 PP 12 SP