

# Rôti de palette au vin rouge et aux légumes racines

Bedon Gourmand

## Ingrédients

- 1 tasse (250 ml) de vin rouge
- 1 1/2 tasse (375 ml) de haricots verts
- 2 patates douces coupées en cubes d'environ 2,5 cm (1po)
- 3 panais, tranchés
- 1 rôti de palette de bœuf de 675 g (1 1/2 lb)
- 1/4 tasse (60 ml) de farine
- 1 gousse d'ail, pressée
- 1 oignon, émincé
- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- 1/2 tasse (125 ml) de bouillon de bœuf
- 2 c. à soupe (30 ml) de pâte de tomates
- 1 tige de thym frais
- Au goût, sel et poivre

## Préparation

1. Dans une poêle, faire chauffer l'huile et y faire revenir l'oignon et l'ail.
2. Enfariner le rôti et le saisir dans la poêle. Le déposer dans la mijoteuse.
3. Ajouter tous les autres ingrédients dans la mijoteuse et faire cuire à feu doux pendant 8 heures.

*Variante : Vous n'avez pas de mijoteuse? Pas de problème. Faites cuire le rôti dans un plat allant au four à 350 °F (180 °C) pendant environ 2 heures 30 minutes.*

*Attention : Vous devrez ajuster la quantité de liquide en ajoutant 250 ml (1 tasse) de bouillon de bœuf et 125 ml (1/2 tasse) de vin rouge.*

Préparation: 20 minutes

Cuisson à la mijoteuse: 8 heures

ou

Cuisson au four: 2 heures 30

Portions: 4

Source: [IGA](#)