



Rôti de côte couverte avec gratin de légumes et de pommes de terre



La différence est là.

 Durée totale: 1 h 20 min

 Temps actif: 20 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 800 g** côte couverte de bœuf suisse
- sel
- poivre du moulin
- 2 cs** huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
- 2 bottes** oignons de printemps
- 2 bouquets** bouquets garnis (p.ex. thym-citron, romarin, ciboulette)
- 3** gousses d'ail
- 1** chou-rave
- 3** carottes
- 300 g** pommes de terre
- 2.5 dl** crème
- noix de muscade

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 690** kcal
- 48 g** de protéines
- 20 g** de glucides
- 45 g** de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

En Suisse, les bœufs mangent 89,9% de fourrage indigène (en matière sèche).

Et même plus chez la famille Gschwind. Dans la vidéo, Jolanda et Werner Gschwind te montrent où réside leur différence.

Préparation

- 1** Saler et poivrer la viande puis la saisir de tous côtés dans une poêle.
- 2** Parer les oignons de printemps et peler l'ail. Disposer ces deux ingrédients dans un plat allant au four. Poser le rôti par-dessus, saupoudrer de fines herbes et faire cuire au four préchauffé à 160° C pendant env. 60 minutes.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



La différence est là.

- 3 Pendant ce temps, parer les légumes et les pommes de terre, les couper en fines rondelles et les répartir dans de petits plats à gratin. Assaisonner la crème avec du sel, du poivre et un peu de noix de muscade, puis répartir les légumes et enfourner pour les 40 dernières minutes de cuisson jusqu'à ce que le tout soit bien doré.

- 4 Sortir le rôti du four, le laisser reposer 10 minutes à couvert, puis le couper en fines tranches et servir avec les oignons de printemps et le gratin de légumes et de pommes de terre.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.