

*Bœuf*

# Rôti de boeuf à la gabriel flores



**2h40** **10 min** **20 min** **2h10** **323**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour le rôti de boeuf à la Gabriel Flores

600 g **Rumsteck(s) de boeuf**  
100 ml **Huile d'olive**  
2 **Piment(s)**  
1 c. à soupe **Thym**  
1 c. à soupe **Origan séché**  
1 c. à soupe **Persil frisé**  
1 **Romarin**  
20 cl **Vin rouge**  
1 **Gros sel**

## Étape 1

### Préparation de la marinade

- 1 Badigeonner la viande d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
- 2 Eparpiller l'origan, le persil, le thym, le romarin et le piment concassé dans un plat avec les doigts.
- 3 Disposer la viande dans le plat et la recouvrir entièrement d'herbes.
- 4 Assaisonner de gros sel et laisser reposer pendant 2h.
- 5 20 minutes avant la fin du temps de repos, préchauffer le four à 200°C (Th.7). Verser de l'huile d'olive sur la viande et enfourner pendant 20 minutes.
- 6 Après 10 minutes de cuisson, verser le vin rouge dans le plat. Couvrir de papier aluminium et laisser dans le four pendant encore 10 minutes avec la porte entre-ouverte.

## Étape 2

### Dressage

- 1 Sortir le plat du four et découper la viande. Disposer les tranches dans des assiettes de dressage et accompagner d'une purée de patate douce parfumée à la cannelle par exemple.

2 Verser un peu de marinade sur la viande, décorer d'une branche de romarin et servir.