

RÔTI DE BOEUF AUX PETITS LÉGUMES ET HERBES DE PROVENCE

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 500 g de rôti de bœuf
- 300 g d'haricots verts
- 300 g de carottes
- à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de moutarde
- herbes de Provence
- sel, poivre

PRÉPARATION

Préchauffez le four th.8 (240 °C).

Salez et poivre le rôti puis déposez-le dans un plat. Enfourez pendant 15 min. Sortez-le, déficelez-le puis salez-le. Badigeonnez-le de moutarde et d'herbes de Provence puis enfourez-le de nouveau pendant 15 min.

Faites bouillir une casserole d'eau. Versez-y les haricots pendant 10 min. Les haricots doivent rester croquants. Épluchez les carottes et faites les cuire à l'eau bouillante pendant 10 min. Lorsque les légumes sont cuits, faites les revenir à la poêle avec de l'huile. Servez le rôti avec ses petits

légumes dans un grand plat.

VALEUR CALORIQUE POUR 1 PERSONNE

kcal 179

BON APPÉTIT !