

### **Languettes de boeuf savoureuses**

Tupperonde  
(4 portions)

1 lb de haut de surlonge en fines languettes  
1 c. à soupe d'assaisonnement aromatique à l'italienne  
1 oignon moyen haché

Placer le boeuf et l'oignon dans la passoire peu profonde de la Cocotte et remplir la base de 1 tasse d'eau. Saupoudrer le boeuf d'assaisonnement. Cuire à puissance élevée de 3 à 5 minutes ou jusqu'à la cuisson désirée.

---