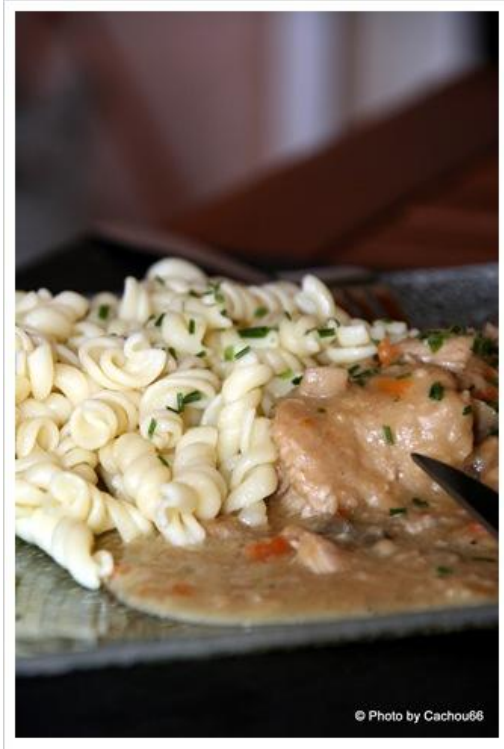


Aufour de ma table

Blanquette de sauté de porc



Ingrédients :

- 1,5 à 2 kg de viande de porc (sauté)
- QS de saindoux
- 4 oignons
- 300 ml de vin blanc
- QS de sel de Guérande
- Poivre 5 baies du moulin
- 3 belles carottes
- 2 cuillères à soupe d'ail
- 800 g d'eau
- 2 cubes de volailles
- 100 ml de crème liquide
- 2 petites boîtes de champignon ou mieux des frais
- 3 cuillères à soupe de sauce Worcestershire

Fariner les morceaux de viandes de porc (astuce: placer la viande et la farine dans une boîte hermétique de préférence et secouer dans tous les sens). Dans un faitout induction, faire fondre le saindoux et faire revenir les morceaux de viandes (démarrer à 150°C - chauffe moyenne).

Émincer les oignons et les ajouter à la viande. Quand ils sont blonds, mouiller avec le vin blanc.

Assaisonner : sel de Guérande et poivre du moulin. Réduire à 70°C – chauffe faible, laisser mijoter pendant environ 10 min.

Ajouter des bâtonnets de carottes (je me sers de mon coupe légumes), l'ail. Confectionner un bouillon à l'aide de l'eau et des cubes de volailles. Laisser mijoter sur 70°C-feu faible, les carottes doivent être tendres. Environ 10 min avant de servir, ajouter la crème liquide, la sauce Worcestershire et les champignons.

Une fois votre assiette dressée, parsemer de la ciboulette ou du persil frais ciselés.