Carré de porc aux pommes de terre sautées et rondelles d'oignons

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h
Temps actif: 1 h
Facile

Ingrédients

Pour 4 personnes

800 g	carré de porc suisse
80 g	lard de porc suisse
1 kg	pommes de terre fermes à la cuisson
500 g	oignons
1	feuille de laurier
2	clous de girofle
	sel
	poivre du moulin
30 g	beurre à rôtir
1 bouquet	origan

Valeurs nutritives

1 portion (sans la salade) contient env.:

680	kcal
54 g	de protéines
46 g	de glucides
29 g	de lipides

Sans gluten
sans lactose

Préparation

1. Faire cuire les pommes de terre avec la peau. Les laisser refroidir un peu, les peler puis les laisser refroidir complètement.

2. Peler les oignons. Piquer un oignon de laurier et de clou de girofle, le déposer dans une poêle avec de l'eau et porter à ébullition. Ajouter les travers de porc, couvrir et laisser cuire à feu doux pendant 40 à 45 minutes.

3. Pendant ce temps, couper le lard en petits dés et le faire cuire. Couper les pommes de terre en tranches et les ajouter au lard. Faire dorer tout en remuant. Saler et poivrer.

Viande Suisse

Mon choix.

4 Couper le reste des oignons en rondelles et faire blondir dans le beurre à rôtir. Ajouter 1 à 2 dl de bouillon de viande et faire cuire pendant 4 à 5 minutes. Saler et poivrer, effeuiller l'origan et l'ajouter aux oignons.

5 Sortir la viande du bouillon, la couper en tranches et servir avec les pommes de terre sautées et le jus d'oignon.

Accompagner d'une salade verte.