




Escalopes de porc panée et rôti de porc enrobé de genièvre



La différence est là.

 Durée totale: 2 h 25 min

 Temps actif: 55 min

 Marinage: 4 h

 Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

Rôti de porc et chou rouge

600 g rôti de porc suisse (p. ex. dans l'épaule)

2 cs baies de genièvre

3 oignons

150 g céleri

2 carottes

1 cs beurre à rôtir

sel

poivre du moulin

2.5 dl bouillon de légumes

750 g chou rouge

30 g beurre

2 feuilles de laurier

3 cs gelée de groseilles

fécule

Escalopes de porc

4 escalopes de porc suisse d'env. 80 g (p. ex. dans la cuisse)

sel

poivre du moulin

6 grains de piment

1 cc graines de cumin

60 g chapelure grossière

1 œuf

40 g farine

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.

2 cs beurre à rôtir

Valeurs nutritives

1 portion (sans les nouilles au pavot) contient env.:

720 kcal

63 g de protéines

32 g de glucides

34 g de lipides

 Contient du gluten

 sans lactose

Conseil

Plus on laisse tirer le genièvre sur le rôti, mieux son parfum délicat imprègne la viande.

Préparation

- 1 Écraser les baies de genièvre et les répartir sur le rôti de porc. Couvrir et laisser reposer 3-4 heures au réfrigérateur.
- 2 Sortir le rôti du réfrigérateur 1 heure avant de le préparer. Peler deux tiers des oignons, laver et peler le céleri et les carottes, puis couper le tout en gros dés.
- 3 Mettre le beurre à rôtir dans une cocotte et saisir le rôti à feu moyen de tous côtés durant 3-4 minutes. Ajouter les dés de légumes et d'oignons, et laisser cuire quelques instants. Saler et poivrer. Ajouter les trois quarts du bouillon, couvrir et laisser mijoter env. une heure et demie. Retourner 1 ou 2 fois la viande pendant la cuisson.
- 4 Couper le chou rouge en quatre et enlever son trognon. Couper le troisième tiers des oignons en deux et le couper en fines lamelles. Couper le chou en fines lanières. Faire chauffer du beurre dans une poêle et y faire blondir l'oignon. Ajouter le chou et laisser cuire 5 minutes. Ajouter du sel, du poivre, le laurier, le reste du bouillon et la gelée de groseilles. Couvrir et laisser cuire env. 1 heure à feu moyen, en remuant de temps en temps. Réserver ensuite au chaud.

5

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



La différence est là.

Sortir le rôti et l'envelopper dans du film pour le garder au chaud. Passer le jus de cuisson du rôti au tamis fin au-dessus d'une poêle et faire réduire de moitié à feu vif. Saler, poivrer et – si nécessaire – épaissir avec un peu de fécule. Retirer le film autour du rôti, le couper en fines tranches et le garder au chaud dans la sauce.

6 Saler et poivrer les escalopes de porc. Écraser grossièrement le piment et le cumin, et mélanger avec de la chapelure dans une grande assiette plate. Batre l'œuf dans une assiette creuse et verser la farine dans une grande assiette plate. Passer les escalopes dans la farine, puis dans l'œuf, et enfin dans la chapelure. Bien presser la panure.

7 Dans une poêle, faire chauffer le beurre à rôtir. Saisir les escalopes env. 3 minutes de chaque côté à feu moyen.

8 Dresser les escalopes avec le rôti et le chou rouge sur des assiettes et servir aussitôt.

Accompagner de nouilles au pavot.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.