


Fondue Gyros au porc Luma le plus fin



La différence est là.

 Durée totale: 1 h

 Facile



Ingrédients

Pour 10 personnes

Viande

- 2 kg** aloyau de porc Luma suisse
- 2 l** huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
- 2** oignons
- 2** gousses d'ail
- 1 branche** romarin
- 1 branche** thymian
- grains de poivre
- sel de mer

Tzatziki

- 2** concombres
- 500 g** yoghourt grec
- 250 g** crème fraîche
- 4** gousses d'ail
- menthe
- sel
- poivre

Préparation

1

Viande

Parer l'ail et le couper en dés d'env. 3 cm. Peler les oignons et l'ail, les hacher finement et les chauffer avec la viande et l'huile de tournesol à une température maximale de 100° C. Ajouter le romarin, le thym, les grains de poivre et une pincée de sel. Laisser mijoter quelque temps. Faire chauffer l'huile dans les caquelons puis y saisir brièvement les dés de viande.

Valeurs nutritives

1 portion (sans pain pita croustillant et de riz) contient env.:

- 624** kcal
- 49 g** de protéines
- 6 g** de glucides
- 45 g** de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

Conseil

Après utilisation, filtrer et congeler l'huile de la fondue au porc Luma. Elle est parfaite pour saisir et aromatiser ses viandes.

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

Tzatziki

Râper les concombres à l'aide d'une râpe à röstis, saler et laisser égoutter env. 1 heure dans une passoire. Peler l'ail, le hacher finement et le mélanger avec le yoghourt et la crème fraîche. Incorporer les concombres et la menthe hachée, saler et poivrer.

Accompagner de pain pita croustillant ou de riz au cumin.