Rôti de porc avec sa peau croustillante aux clous de girofle

Mon choix.

Durée totale: 1 h 40 min

Temps actif: 20 min

Facile



Ingrédients

Pour 6 personnes

1.5 kg	épaule de porc suisse avec la couenne (à commander à l'avance auprès de ton boucher)
2 cc	clous de girofle
	sel
1 paquet	légumes à soupe
3	feuilles de laurier
2 dl	bouillon
1 cc	grains de poivre noir

Valeurs nutritives

1 Portion (sans salade de chou blanc) enthält ca.:

450	kcal
62 g	de protéines
0 g	de glucides
23 g	de lipides

Sans gluten

sans lactose

Préparation

1. Piquer le rôti de porc avec les clous de girofle. Pour cela, pratiquer dans la couenne des petites incisions régulières à l'aide d'un couteau pointu, puis insérer un clou tête en haut dans chaque incision. Saler le rôti, puis le mettre dans une sauteuse avec les légumes coupés en petits dés, le laurier, le bouillon et les grains de poivre.

2. Faire cuire au four préchauffé à 200º C chaleur supérieure/inférieure pendant env. 50 minutes dans une cocotte ouverte. Si nécessaire, mouiller d'un peu d'eau le jus du rôti pour qu'il reste liquide. Ensuite, augmenter la température du four à 225º C et laisser rôtir 20-30 minutes de plus jusqu'à ce qu'il se forme une belle croûte.

3. Sortir le rôti de la sauteuse et le réserver au chaud. Déglacer la sauteuse avec un peu d'eau, passer, puis verser dans une poêle. Oter la graisse superflue et faire réduire légèrement le jus. Saler et poivrer puis servir sans attendre avec le rôti coupé en tranches.

   Accompagner d'une salade de chou blanc au carvi et au jus de citron.