Cou de porc braisé au jus de pomme

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 35 min
Temps actif: 20 min
Facile



Ingrédients

Pour 6 personnes

800 g	cou de porc suisse
150 g	dés de lard de porc suisse
200 g	échalotes
400 g	champignons bruns
1 cs	beurre à rôtir
	poivre du moulin
	sel
3 branches	romarin
4 dl	jus de pomme
2 dl	bouillon

Valeurs nutritives

1 portion (sans salade et baguette) contient env.:

422	kcal
32 g	de protéines
10 g	de glucides
27 g	de lipides

Sans gluten
sans lactose

Préparation

1. Peler les échalotes et les couper en deux ou en quatre selon leur grosseur. Frotter les champignons avec une brosse ou du papier essuie-tout.

2. Dans une cocotte, faire fondre le beurre à rôtir à feu moyen. Y déposer le cou de porc et saisir de tous côtés pendant env. 5-6 minutes. Ajouter le lard et les échalotes et faire revenir. Poivrer et saler légèrement, ajouter les branches de romarin et arroser le tout de jus de pomme et de bouillon.

3. Couvrir et laisser cuire env. 75 minutes à feu doux, en retournant 2 ou 3 fois le cou de porc. Rajouter si besoin un peu de liquide. Ajouter les champignons 30 minutes avant la fin de la cuisson.

4. Pour savoir si le cou de porc est bien tendre, piquez-le à l'aide d'une fourchette (à viande). Si celle-ci ne rencontre aucune résistance, le cou est cuit.

5 Sortir la viande de la cocotte, la couper en fines tranches et servir avec la sauce sur des assiettes préchauffées.

Accompagner d’une salade verte et d’une baguette chaude.