


Rôti de porc froid en manteau d'herbes



La différence est là.

 Durée totale: 1 h 20 min

 Temps actif: 35 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 1 kg** rôti de porc suisse (filet)
- 4 cs** huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
- sel
- poivre du moulin
- 1 bouquet** sauge
- 1 bouquet** persil
- 1 bouquet** cerfeuil
- 1 bouquet** thym
- 2** jaunes d'œuf
- 2.5 dl** huile de tournesol
- 6 bouquet** ciboulette
- 1 cs** moutarde en grains
- 1 cs** jus d'orange
- un peu de jus de citron

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 658** kcal
- 40 g** de protéines
- 1 g** de glucides
- 55 g** de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

Préparation

- 1** Saler et poivrer le rôti de porc et le faire dorer de tous côtés dans la moitié de l'huile bien chaude. Effeiller les fines herbes, les hacher grossièrement et les mélanger au reste de l'huile. Répartir l'huile aux herbes sur le rôti et le cuire env. 50 minutes dans le four préchauffé à 175° C. Le laisser refroidir dans de la feuille d'aluminium.
- 2** Dans un saladier haut, mélanger au mixeur à main les jaunes d'œuf, du sel et du poivre, et verser l'huile de tournesol en mince filet sans cesser de mixer. Préparer ainsi une mayonnaise. Ciseler finement la ciboulette et l'ajouter à la mayonnaise avec la moutarde et le jus d'orange, puis mélanger. Assaisonner avec le jus de citron.

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.

- 3 Couper le rôti en tranches fines et servir avec la mayonnaise à la moutarde. Servir avec des pommes de terre nouvelles grillées.

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.