

RAGOÛT DE VIANDE DE PORC ET POMMES DE TERRE À LA MENTHE

11

RECETTES
EN ROUTE



INGRÉDIENTS



1 personne

100 g de maigre de tête de porc
100 g de travers de porc
1 petit morceau de poireau
1/4 de poivron rouge
2 gousses d'ail
2 feuilles de laurier
1/2 tomate
1/4 d'oignon
1 carotte
1 pomme de terre de taille moyenne
100 ml de vin blanc
500-600 ml de bouillon de viande
ou, à défaut, d'eau
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 pincée de thym, romarin, sel et poivre
1 cuillère de paprika fumé

ÉTAPES À SUIVRE

1 Pour la poêlée :

Découper les légumes en petits dés, à l'exception des tomates. Verser une bonne dose d'huile d'olive dans une casserole et, une fois l'huile chaude, ajouter les légumes (sauf les tomates), le laurier, une pincée de thym et de romarin. Faire revenir pendant 10 minutes et ajouter le travers de porc. Faire sauter afin de les mélanger et ajouter ensuite les tomates pelées et découpées. Faire dorer 5 minutes, ajouter 1 cuillère de paprika, mélanger et verser le vin blanc. Une fois le vin évaporé, ajouter le bouillon ou l'eau.

2 Ajouter les pommes de terre :

Laisser cuire et, une fois la viande presque tendre, ajouter les pommes de terre cuites (en morceaux irréguliers) et laisser mijoter jusqu'à les attendre. Si le bouillon s'évapore trop, en rajouter un peu.

3 Assaisonner et laisser reposer :

Une fois prêt, assaisonner en sel et poivre. Laisser reposer pour un meilleur goût.

Si vous souhaitez faire cette recette pour plusieurs personnes, il suffit de doubler la quantité en fonction du nombre de personnes.

#PrenezSoinDeVotre
ALIMENTATION
Sur La ROUTE

Consultez plus de recettes et de conseils sur
www.andamur.com/fr/prenezsoindevotrealimentation