



Potée paysanne aux cinq légumes

INGRÉDIENTS

POUR 6 PERSONNES

1 kg d'épaule de mouton
1 kg de travers de porc
250 g de poitrine fumée
1 saucisson à cuire
1 chou
6 carottes
4 navets
2 oignons
500 g de pommes de terre
1 bouquet garni
1 noix de saindoux
Sel, poivre

PRÉPARATION

1 - Faites fondre 1 noix de saindoux dans un grand faitout et mettez-y à revenir l'épaule de mouton coupée en morceaux et le travers de porc débité en tronçons. Salez et poivez la viande.

2 - Pendant ce temps, épluchez les carottes et les navets. Fendez les carottes en quatre et les navets en quartiers. Hachez les oignons.

3 - Quand les morceaux de viande ont pris couleur, ôtez-les du récipient, réservez et jetez le hachis d'oignons dans la graisse de cuisson. Laissez blondir puis mouillez avec 1,5 litre d'eau.

4 - Replacez les viandes dans le récipient, ajoutez les carottes et les navets, la tranche de poitrine fumée, aromatisez avec le bouquet garni, salez légèrement et laissez cuire doucement 2 heures à couvert.

5 - Lavez le chou, coupez-le en quatre et mettez-le à blanchir 10 minutes à l'eau bouillante salée. Ajoutez-le à la potée après 1 heure de cuisson ainsi que le saucisson à cuire.

6 - Une demi-heure avant la fin de la cuisson ajoutez les pommes de terre épluchées.

7 - Disposez au mieux viandes et légumes dans un grand plat de service creux, mouillez d'un peu de bouillon et servez aussitôt.



À NOTER EN PLUS

Bon à savoir : La potée consomme, principalement, le mariage de la viande de porc avec le chou et, accessoirement, accueille d'autres viandes et légumes dans des mélanges mis au point par les différentes régions ou pays. Le mélange porc-mouton de cette recette est proche de recettes du Nord de la France, de Bretagne ou de Catalogne espagnole.

Notre suggestion : Présentez à part le bouillon dans des bols avec des croûtons et du fromage râpé. Faites « chabro », c'est-à-dire répandez la valeur de 2 cuillères à soupe de vin dans votre bol de bouillon.

MOUTON

temps de
préparation
long

assez facile

abordable

cuisson
2 heures 15