



POTÉE TI LOCAL

Cette recette vous est proposée par Flavie

- 800 g de palette de porc Ti Local (ou autre morceau équivalent)
- 200g de poitrine de porc demi-sel Ti Local
- 2 grosses saucisses Ti Local
- 2 grosses saucisses fumées Ti Local
- 4 belles pommes de terre Ti Local
- 3 belles carottes Ti Local
- 1 chou vert Ti Local
- 1 bouquet garni
- 1 oignon Ti Local
- 3 gousses d'ail Ti Local
- 40g de beurre
- 15cl de vin blanc



Dans une cocotte minute, versez 2 litres d'eau et le vin blanc.

Plongez y les viandes et les légumes (sauf le chou), le bouquet garni. Salez modérément, poivrez. Fermez la cocotte. Dès le sifflement de la soupape, baissez le feu et laissez cuire 26 min.

Retirez les viandes, égouttez les. Plongez le chou coupé en morceau dans le liquide de cuisson, portez à ébullition, puis laissez cuire 5 min à feu doux pour le blanchir. Egouttez le. Conservez le liquide de cuisson.

Dans la cocotte nettoyée, faites revenir le chou dans le beurre. Ajouter la poitrine coupée en gros lardons, la palette coupée en larges parts et les saucisses coupées en gros morceaux, puis les carottes coupées en rondelles et les pommes de terre. Arrosez avec le liquide de cuisson prélevé. Fermez la cocotte. Dès le sifflement de la soupape, baissez le feu et laissez cuire 4 min.

Dans un grand plat, dressez le chou, les viandes et le reste des légumes.

Bon appétit de la part de toute l'équipe Ti Local !!