

Fées Mains by Marjorie



Joues de porc aux carottes :

Les ingrédients pour 4 personnes : 8 joues de porc – 1 oignon – 3 à 4 carottes – 1 blanc de poireau – 1 tomate – 1 branche de céleri – 1 à 2 gousses d'ail – 35cl de vin blanc – 1 CàS de fond de veau – 1 branche de thym – 1 feuille de laurier – 2 pincées de 4 épices – 1 noix de beurre – 2 CàS d'huile d'olive – sel – poivre

Eplucher et laver les carottes puis les couper en ½ rondelles. Peler et épépiner la tomate en l'ayant au préalable plongée dans l'eau bouillante puis la couper en dés. A défaut de tomate, utiliser une petite boîte de tomates concassées sans leur jus.

Laver et sécher le blanc de poireau et la branche de céleri et les couper en tronçons.

Faire revenir, de chaque côté, les joues de porc dans une cocotte allant au four avec le beurre, l'huile d'olive et l'oignon émincé.

Pendant ce temps, diluer le fond de veau dans 20cl d'eau.

Lorsque les joues sont rôties, déglacer avec le vin blanc puis ajouter le fond de veau dilué.

Ajouter les ½ rondelles de carottes, les morceaux de blanc de poireau, les dés de tomate, les tronçons de branche de céleri, les gousses d'ail écrasées, la branche de thym, la feuille de laurier et les 2 pincées de 4 épices. Saler et poivrer à votre convenance.

Ôter la cocotte du feu. La couvrir et l'enfourner, en versant de l'eau sur le couvercle conçu à cet effet, environ 2h dans le four préchauffé à 180°C.

Servir avec une purée ou écrasée de pommes de terre.

Ce plat est encore meilleur réchauffé, alors n'hésitez pas à le préparer la veille. Il suffira de le réchauffer à feu doux sur la plaque de cuisson.

Fées Mains by Marjorie
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>