

Rôti en cocotte

Une recette de l'Atelier des chefs



Shopping : pour 6 à 8 personnes environ

- un rôti de porc (1 kg environ)
- 3 ou 4 carottes
- une gousse d'ail
- 1 ou 2 oignons
- un bouillon ou fond de veau
- huile d'olive
- eau ou vin blanc (150 à 200 g)
- aromates, sel, poivre

In process :

- Laver les légumes.
- Éplucher et émincer l'oignon et la carotte.

- Éplucher la gousse d'ail.
- Faire chauffer l'huile d'olive dans une cocotte en fonte.
- Saler le rôti de porc, puis le colorer sur toutes les faces.
- Le débarrasser puis le poivrer.
- Ajouter un peu de matière grasse dans la cocotte si nécessaire, puis faire suer les légumes avec une pincée de sel fin.
- Ajouter les aromates, déglacer avec l'eau et porter à ébullition.
- Remettre le rôti, couvrir et cuire à petits frémissements pendant 40 à 45 min.
- En fin de cuisson, sortir le rôti de la cocotte et le laisser reposer sous une feuille de papier aluminium durant 10 min.

Remarque : avec une sonde, la viande est cuite lorsque la température à coeur est d'environ 80/85°.