

Rôti de porc au lait



Pour 5 personnes / 7 points par personne
Pour 125 gr de viande

La recette

- Dans une cocotte en fonte recouverte d'une feuille de cuisson faire revenir l'oignon émincé. Ajouter la viande et faire dorer de tous les côtés.
- Retirer la feuille de cuisson.
- Ajouter les carottes coupées en rondelles et les pommes de terre coupées en gros cubes. Ajouter le lait, la viande et les légumes doivent être couverts. Ajuster la quantité de lait en conséquence.
- Mettre le thym, un peu de muscade et le laurier. Couvrir et faire cuire 1h à feu doux.
- A la fin de la cuisson, les légumes doivent être cuits et le lait doit avoir un peu réduit.
- Saler et poivrer.
- Sortir la viande, la couper en tranches et la servir accompagnée de légumes.

Ingrédients:

- 1 rôti de porc dans le filet
- ½ oignon
- 500 gr de pommes de terre
- 3 belles carottes
- ½ litre de lait ½ écrémé
- sel, poivre
- muscade
- thym
- 3 feuilles de laurier