

# Sauté de porc et son brocoli

CUISIMAGES

Réf :  
3202

Type :  
Porc

Préparation :  
30 min  
Repos:

Cuisson :  
20 min

Coût :  
  

Difficulté :  
  

Origine :  




## Ingrédients pour 4 personnes

- 500 g de porc (pour sauté)
- 1 oignon
- 1 carotte
- 2 feuilles de thym/1 branche de laurier
- 2 gousses d'ail
- 1 verre de vin blanc
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 cuillère à café de bouillon de bœuf
- 1 noix de beurre/sel/poivre du moulin



Coupez le porc en petits dés en prenant soin d'ôter le gras.

Dans une sauteuse, faites fondre une noix de beurre et faites dorer la viande sur feu moyen.



Pelez l'oignon et l'ail et coupez les finement. Epluchez la carotte, lavez la et coupez la en dés.

Lorsque le porc est bien doré, enlevez le de la sauteuse à l'aide d'une écumoire et réservez le.



Ajoutez 1 cuillère à soupe de farine dans le jus de cuisson et mélangez vivement à l'aide d'une spatule en bois.

Ajoutez 1 verre de vin blanc et 1 cuillère à café de bouillon de boeuf...tout en continuant à mélanger.



Laissez cuire 2 min sur feu doux puis ajoutez l'ail, l'oignon et les carottes.

Laissez cuire à nouveau 5 min.



Ajoutez la viande, le thym, le laurier. Salez, poivrez.

Couvrez et laissez mijoter sur feu moyen pendant 20 min.



Conseils  
Variante  
Vins

Servez avec du brocoli

Buzet