

Porc fermier

(Je ne mets pas de quantité parce que ça n'a aucune importance. Tout dépend de la quantité et de l'appétit des convives!)

Une rouelle de porc

pommes de terre, carottes, céleri branche ou panais...(à adapter là aussi suivant les légumes d'hiver disponibles).

bouquet garni (persil, laurier, thym...), poivre noir

(facultatif : du bouillon de volaille à rajouter à la deuxième eau)

pour la sauce au fromage (béchamel avec du fromage râpé) : 50g de beurre, 50g de farine, 20 centilitres de lait 100g de gruyère râpé;sel poivre.

Placez la viande dans un faitout, recouvrez la d'eau froide et portez à ébullition.

Égouttez, rincez, remettez dans le faitout et recouvrez à nouveau d'eau froide (et de bouillon de volaille)

Ajoutez 3 brins de persil, les grains de poivre, le bouquet garni.

Portez à ébullition Puis réglez le feu pour que le liquide frémisses.

Couvrez et laissez mijoter 45 mn.

Pelez les légumes et coupez les en petits morceaux.

Mettez les dans le faitout et comptez 20 mn de cuisson dès que le liquide recommence à frémir.

Égouttez en réservant 30 centilitres de bouillon pour la sauce.

Découpez, désossez et découpez la viande en cubes.

Préparez la sauce au fromage :

faites fondre le beurre dans une casserole, ajoutez la farine et faites cuire pendant une minute environ en remuant.

Incorporez petit à petit en fouettant le lait et bouillon réservé et laissez épaissir.

Ajoutez les trois quarts du fromage, salez, poivrez.

Préchauffez le four thermostat 6 (180 °)

versez la sauce sur la viande et les légumes et recouvrez avec le reste de fromage.

Faites cuire 30 mn au four.

Parsemez de persil haché et servez.

(En version « je n'ai pas le temps de surveiller la cuisson » je réalise cette recette au four dès le départ. Je mets la viande, les légumes, le bouquet garni dans une cocotte avec juste un fond d'eau. Je laisse cuire 90 mn th 6. Je termine la recette (préparation et rajout de la sauce) juste avant de manger..

En version « allégée » : c'est très bon aussi sans sauce!)