



Porc

Potée auvergnate



15h 30 min 2h30 12h 712

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la potée auvergnate

200 g **Palette de porc**
4 **saucisse(s) fumée(s)**
4 tranche(s) **Lard fumé**
400 g **Chou(x) frisé(s)**
400 g **Pomme(s) de terre**
80 g **Haricots blancs**
2 **Carotte(s)**
2 **Oignon(s)**
4 **Gousse(s) d'ail**
2 **Navet**
1 **Poireau**
4 branche(s) **Céleri-
Branche**
1 feuille(s) **Laurier**
3 branche(s) **Thym**

Étape 1

Préparation des légumes

- 1 La veille, mettre les haricots blancs dans un saladier et les recouvrir d'eau. Les laisser tremper toute la nuit.
- 2 Faire tremper les légumes secs permet de les attendrir mais surtout de les rendre plus digestes.
- 3 Dessaler la palette de porc dans un récipient rempli d'eau froide (changer l'eau 2 ou 3 fois si elle est très salée) et la laisser également tremper toute la nuit.
- 4 Le jour même, précuire les haricots blancs réhydratés dans une casserole d'eau bouillante pendant 30 minutes.
- 5 Eplucher les pommes de terre. Les faire cuire dans une casserole d'eau bouillante pendant 20 à 25 minutes. Réserver dans l'eau.
- 6 Eplucher les carottes. Les laver et les fendre en deux.
- 7 Eplucher les oignons et l'ail.
- 8 Couper la racine du poireau. Retirer les feuilles vertes abîmées.
- 9 Le couper en tronçons de 5 cm. Rincer à l'eau froide.
- 10 Laver le céleri-branché et le couper en deux.
- 11 Eplucher les navets, les laver et les couper en deux.

- 12 Couper le chou vert en quartiers et le rincer à l'eau froide.

Étape 2

Cuisson de la potée

- 1 Remplir une grande marmite d'eau.
- 2 Ajouter la palette de porc et porter lentement à ébullition. Retirer l'écume à l'aide d'un écumoire ou d'une cuillère.
- 3 Ecumer permet d'enlever les impuretés du bouillon.
- 4 Laisser mijoter à couvert pendant 30 minutes, puis mettre dans la marmite les carottes, les oignons, l'ail, les navets, le thym et le laurier.
- 5 Poursuivre la cuisson, toujours à couvert, pendant 45 minutes.
- 6 Ajouter ensuite les saucisses fumées, les tranches de lard fumé, les haricots blancs, le poireau, le céleri et le chou vert. Cuire pendant 45 minutes.
- 7 Mettre les pommes de terre au dernier moment et poursuivre la cuisson 5 minutes de plus afin de les réchauffer.

Étape 3

Dressage de la potée

- 1 Disposer les légumes dans un grand plat creux et poser la viande dessus. Verser le bouillon dessus et servir.