

Tradition
Sartheoise

35 Place de l'Eglise, 72 560 Changé
mickael.doire@traditionsartheoise.fr



Facile



6 personnes



5 min de préparation



1h20 de cuisson

Rouelle de porc aux gousses d'ail



Suggestions:

Saumur Champigny

Bergerac

Ingrédients

1 tranche de rouelle de
1.2kg
20 gousses d'ail
3 brins de thym
Sel, poivre

Préparation

- 1 Faites dorer de chaque côté la rouelle dans une poêle bien chaude.
- 2 Disposez la viande dans le plat, entourez-la des gousses d'ail non épluchées. Salez et poivrez.
- 3 Ajoutez deux cuillères à soupe d'eau et le thym.
- 4 Enfournez à 150°C (thermostat 5) pendant 1h20.
- 5 Retournez la viande à mi-cuisson et arrosez-la souvent de jus.
- 6 Otez la viande, le thym et l'ail du plat.
- 7 Déglacez la sauce avec un peu d'eau chaude.



Astuces de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



La rouelle de porc est une tranche de jambon frais entourée de couenne et comprenant l'os central, ce qui la rend très goûteuse. Son jus est délicieux, inutile d'ajouter du gras. Servez avec des pommes de terre sautées.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsartheoise.fr

Donnez votre avis sur  Tradition Sartheoise