

La recette

Porc aux oignons

CONSISTANT



INGRÉDIENTS : 1 branche de céleri, 2 carottes, 800 g d'oignons, 800 g d'échine de porc coupée en morceaux, 3 cuillères à soupe de chapelure, 4 brindilles de thym, 2 feuilles de laurier coupées en deux, persil, 20 cl de bière, sel, poivre.

1. Lavez les légumes.



2. Effilez et coupez la branche de céleri en tronçons et les carottes en rondelles. Pelez et hachez finement les oignons.
3. Sur une feuille de papier d'aluminium répartissez les oignons et les morceaux de viande. Ajoutez les carottes, le céleri, la chapelure, le thym, le laurier et le persil. Salez et poivrez légèrement.
4. Arrosez de bière. Fermez le tout et faites cuire à la vapeur pendant 1 h 30 mn.
5. Disposez la viande dans un grand plat. Éliminez le bouquet d'arôme.
6. Recueillez la sauce de la papillote puis faites-la épaissir à feu doux.
7. Enfin, nappez la viande de la sauce et servez.

La recette

SAVOUREUX

Filet de bœuf aux champignons



INGRÉDIENTS : 15 g de cèpes séchés, 6 cuillères à soupe de beurre, 4 tranches de filet de bœuf, 1 boîte de champignons de Paris coupés en lamelles, 1 gousse d'ail écrasée, 1 cuillère à café de thym frais haché, 1/2 tasse de vin rouge, 1/2 tasse de bouillon de bœuf, poivre noir, sel.

1. Préchauffez le four à 160 °C.

2. Faites tremper les cèpes dans 10 cl d'eau bouil-



- lante. Égouttez, réservez le liquide puis découpez les champignons.
3. Faites frire la viande dans 1/2 cuillère à soupe de beurre fondu, 2 à 3 min de chaque côté.
 4. Enveloppez les tranches de papier aluminium et tenez-les au chaud dans le four.
 5. Faites frire les champignons, les cèpes, l'ail et le thym dans une 1/2 cuillère à soupe de beurre pendant 4 mn pour que les champignons ramollissent. Ajoutez le vin, montez le feu puis faites bouillir 1 à 2 mn pour réduire la sauce de moitié.
 6. Mélangez le liquide des cèpes et le bouillon de bœuf puis versez dans la préparation au vin et laissez mijoter pendant 3 mn. Ajoutez le reste du beurre en remuant puis assaisonnez.
 7. Enfin, servez la viande garnie de thym.

La recette

Poulet à la sauce aigre-douce

SAVEUR D'ASIE



INGRÉDIENTS : 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide, 1 kg de blancs de poulet en aiguillettes, 1 cuillère à soupe de gingembre frais râpé, 3 piments rouges épépinés et finement hachés, 1 gros poivron rouge coupé en tranches épaisses, 1 cuillère à café de Maïzena, 1 cuillère à soupe de sauce soja, 80 ml de jus de citron, 90 g de miel, 4 ciboules finement hachées.



1. Faites chauffer la moitié de l'huile dans un wok ou une grande poêle, puis faites revenir le poulet, le gingembre et les piments en plusieurs fois jusqu'à ce que le poulet soit doré. Réservez.
2. Faites chauffer le reste d'huile dans le wok, puis faites revenir le poivron jusqu'à ce qu'il soit à peine tendre.
3. Dans un petit pot, délayez la Maïzena dans la sauce de soja puis ajoutez le jus de citron et le miel tout en remuant. Transvasez le mélange de poulet dans le wok avec la sauce au miel. Faites cuire en remuant jusqu'à ce que le mélange fasse des petits bouillons et épaississe.
4. Saupoudrez de ciboule juste avant de servir.