

**LA RECETTE BIO DE MARIE BRETON,
2^E PRIX DU CONCOURS BIO DES BLOGUEURS GOURMETS 2017 :**
« RÔTI D'ÉCHINE DE PORC BLANC DE L'OUEST BIO AU LAIT »
LE TOUT EN BIO

Temps de préparation : 1h15

Panier bio pour 4 personnes

- 600 g d'échine de porc blanc de l'Ouest
- 55 g de beurre salé
- 2 cuillères à soupe d'huile neutre
- 1 oignon
- 5 gousses d'ail
- 1 litre de lait entier
- 4 pommes bretonnes (type Kéraël, pomme de fer...)
- 2 cuillères à soupe de farine
- Sel, poivre



Préparation :

Saler et poivrer l'échine de porc sur toutes ses faces. Dans une cocotte allant au four et sur le feu, faire chauffer sur feu vif 30 g de beurre et l'huile. Y faire revenir la viande sur toutes les faces pour qu'elle grille bien et qu'une jolie croûte se forme.

Préchauffer le four à 200°C.

Émincer l'oignon et écraser les gousses d'ail. Baisser le feu sous la viande et ajouter l'oignon et l'ail. Laisser cuire quelques minutes en remuant de temps en temps. Couper le feu et ajouter le lait. Fermer la cocotte et mettre au four pour 30 minutes.

Baisser le four à 170°C, retourner la viande et faire cuire à découvert pendant 20 à 30 minutes.

Peler, épépiner et couper les pommes en grosses lamelles. Dans une poêle, faire chauffer 25 g de beurre, et y déposer les pommes en une seule couche. Saler et laisser cuire quelques minutes pour que les pommes colorent sans se défaire. Les retourner et prolonger la cuisson quelques minutes pour qu'elles soient fondantes.

Quand l'échine de porc est cuite, la sortir du four et la réserver dans une feuille de papier aluminium. Placer la sauce dans une casserole et faire réduire à feu vif pendant 10 minutes.

Dans un bol, délayer la farine avec un peu de sauce, puis verser le tout dans la casserole pour lier la sauce. Mélanger au fouet pendant 5 minutes, jusqu'à ce que la sauce nappe la cuillère. Vérifier l'assaisonnement.

Dresser et servir aussitôt.



CAMPAGNE FINANCÉE
AVEC LE CONCOURS
DE L'UNION EUROPÉENNE

