

RÔTI DE PORC AUX PÊCHES DE VIGNE

Mardi 11 Juillet 2017

J'aime beaucoup les pêches de vigne qui sont en général bien sucrées et qui s'accommodent bien à la viande de porc



Rôti de porc aux pêches de vigne pour 4 personnes et 4pp- 4 sp par part

- 480 g de rôti de porc dans le filet *
- 8 petites pêches de vigne *
- 8 oignons nouveaux *
- 2 cuillérées à café d'huile d'olive

-1/2 verre de vin blanc sec

-sel poivre

Préchauffer le four 200 °

Dans un plat, déposer le rôti bien nappé d'huile et assaisonné. L'entourer de petits oignons.

Verser le vin et enfourner 45 minutes en retournant le rôti à mi-cuisson.

Retourner aussi les oignons

Faire bouillir de l'eau et mettre les pêches 1 minute à pocher, juste le temps de pouvoir ôter leur peau

5 minutes avant la fin de cuisson du rôti, rajouter les pêches dans le plat pour les réchauffer.

Couper le rôti en tranches et déposer dans chaque assiette une tranche ou deux de rôti, 2 pêches de vigne, des oignons caramélisés, un peu de jus et de la purée maison en accompagnement

Pour le repas : concombre à la crème (1 pp- 2 sp) – rôti de porc aux pêches de vigne (4pp- 4 sp) – 150 g de purée maison (4pp- 4 sp) -1 yaourt 125g 0 % (1pp- 2 sp).Total : 10 pp- 12 sp

Très bon mardi