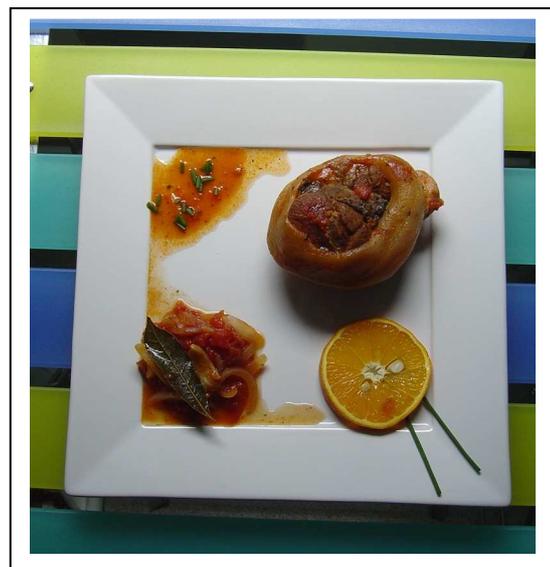




Jarret de porc façon osso-bucco

ingrédients (pour 2 personnes)

- 3 jarrets de porc
- 1 oignon
- une petite boîte de tomates concassées
- 40cl de vin blanc
- jus d'une 1/2 orange
- sel, poivre, bouquet garni
- pointe de colombo
- zeste orange et citron
- 1cs d'huile d'olive



Dans un Wok, faire revenir la viande de toutes parts dans l'huile d'olive, la réserver. Faire fondre l'oignon émincé avec les tomates concassées. Remettre la viande et mouiller avec le vin. Saler, poivrer, mettre le bouquet garni, la pointe de colombo, les zestes. Ajouter le jus d'orange. Laisser mijoter 2heures...

En effet ce plat remplace avantageusement un osso-bocco de veau. C'est très goûteux, légèrement gélatineux, mais surtout très économique.

Retrouver toutes nos recettes sur <http://ecrireetmanger.canalblog.com>