

MIJOTÉ DE PORC À LA CHOUCROUTE

15 min
PRÉPARATION

65 min
CUISSON

4
PORTIONS

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Servir avec des pommes de terre bouillies et une touche de crème sure.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

371
CALORIES

29 g
PROTÉINES

29 g
GLUCIDES

12 g
MATIÈRES GRASSES

COUPES



INGRÉDIENTS

1 lb	Cubes à ragoût (épaule) de porc du Québec	500 g
1 c. à table	Huile de canola	15 ml
2	Oignons verts, hachés	2
1 boîte de 28 oz	Choucroute	798 ml
3/4 tasse	Vin blanc	200 ml
1 tasse	Bouillon de volaille	250 ml
3	Pommes Cortland, épépinées et coupées en quartiers	3
1	Feuille de laurier	1
1/2 c. à thé	Baies de genièvre écrasées (ou 1 trait de gin) (facultatif)	2 ml
Au goût	Sel et poivre frais moulu	Au goût

PRÉPARATION

1. Faire chauffer l'huile dans une casserole à fond épais sur feu moyen-élevé. Faire dorer le porc pendant 3 à 4 min.
2. Ajouter la choucroute, le vin blanc, le bouillon, le laurier et les baies de genièvre, si désiré. Réduire à feu doux, couvrir et laisser mijoter pendant 45 min. Assaisonner au goût.
3. Au terme de la cuisson, ajouter les oignons verts et les pommes et poursuivre la cuisson 20 minutes à couvert.