



Rôti de porc à la moutarde

Pour 4 personnes :

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 1 heure

Ingrédients :

800 g de rôti de porc dans la pointe de filet

600 g de pommes de terre

4 cuillères à soupe de moutarde

20 cl de lait

1 cuillère à soupe de crème fraîche épaisse

2 oignons rouges

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel et poivre du moulin

Valeur énergétique : 529 kcal/personne, 2 213 kJ/personne

Préchauffez le four thermostat 6/7 (200° C). Dans un récipient, mélangez le lait, la moutarde, la crème, du sel, du poivre et 30 cl d'eau. Dans une poêle ou une cocotte, faites dorer à l'huile d'olive le rôti de porc sur toutes ses faces, puis déposez-le dans un plat allant au four. Répartissez les oignons émincés et les pommes de terre coupées en rondelles autour du rôti. Versez dessus la préparation à la moutarde, puis couvrez avec un papier aluminium. Enfourez le plat et laissez cuire 35 min en arrosant régulièrement la viande avec la sauce. Retirez le papier aluminium, laissez cuire encore 25 min en arrosant de temps en temps. Tranchez le rôti et servez-le accompagné des pommes de terre aux oignons.

Source CIV (Centre d'Information des Viandes)

