

## Potée italienne



Plat **Facile**

**Pour** : 4 personnes

**Préparation** : 20 mn

**Cuisson** : 2 h

*La potée désigne un type de préparation culinaire dont le nom vient du pot en terre dans lequel on la faisait cuire à l'origine. La potée est un plat ancien et populaire et que l'on trouve avec diverses variations locales dans toutes les régions d'Europe.*

### Ingrédients

- 400 g de poitrine de porc fraîche
- 1 oignon
- 4 carottes
- 400 g de tomates pelées
- 1 gousse d'ail
- 200 g de chou blanc
- 200 g d'haricots blancs frais
- 1 litre de bouillon
- sel, poivre
- 1 bouquet garni
- 2 clous de girofle
- 20 g de beurre

### Préparation

- 1 Pelez, lavez et coupez l'oignon en lamelles. Pelez, lavez et coupez les carottes en dés. Épépinez les tomates pelées.
- 2 Mettez le beurre dans une cocotte. Faites-y revenir l'oignon, les carottes et les tomates pendant 5 minutes. Posez par-dessus la poitrine de porc.
- 3 Ajoutez le chou coupé, lavé et essoré. Enfin ajoutez les haricots en grain frais. Astuce: Vous pouvez utiliser des haricots coco secs. Il faut, alors, penser à les mettre à tremper la veille.
- 4 Salez, poivrez votre potée. Ajoutez les clous de girofle ainsi que l'ail et le bouquet garni. Mouillez avec le bouillon. Couvrez et laissez cuire sur feu doux pendant 2 heures.
- 5 Vérifiez la cuisson de votre potée. Dressez-la dans un plat de service et servez aussitôt! Bon appétit!

Proposé par



**lesbonsrestaurants**

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

