

Sauté de Chèvre au Vin



Pour 5 personnes

- 1 kg d'épaule ou de cuissot
- 1/2 Pied de veau
- 100 g de couenne de porc
- 185 g d'oignons
- 210 g de carottes
- 155 g de lentin de chêne
- 1 bouquet garni
- 3 gousses d'ail
- sel
- huile d'olive
- 1,1 l de vin rouge

Préparation :

Couper les oignons, carottes, ail et champignons

Couper la viande en morceaux

Couper la couenne en petits morceaux

Mettre à mariner le tout pendant 12h dans le vin,

Faire revenir la viande et la couenne marinées dans l'huile

Une fois dorée, ajouter les légumes, faire roussir, et ajouter les reste de la marinade

scaprin26@wanadoo.fr
<http://www.scaprin26.com/>