



Les recettes et bonnes astuces de mon boucher

ROUELLE DE PORC CREUSOIS AVEC SON RIZ JAUNE ET SA FRICASSEE D'EPINARDS FRAIS

4 personnes

- 1 belle rouelle de porc dans l'épaule (1 à 1,2 kg)
- 1 demi oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 kg d'épinards bio frais
- 250 g de riz thaï
- curcuma, sel, poivre

Prix ●●●●

Temps ●●●●

Difficulté ●●●●



Photo : INAPORC

- 1 Couper et écraser l'**ail**, couper l'**oignon** bien fin.
- 2 Dans une cocotte ou une sauteuse, **faire revenir à feu vif la rouelle sur les deux faces** avec un peu d'huile pour bien la dorer.
- 3 Baisser le feu, retirer la rouelle et **faire suer les oignons** sans coloration.
- 4 Remettre la rouelle, saler et poivrer, ajouter un verre d'eau puis **couvrir et laisser cuire à couvert pendant 30 minutes** sur feu très doux, en retournant la viande au bout de 15 minutes.
- 5 Entrouvrir le couvercle et prolonger la cuisson de 15 minutes. Attention : **il doit toujours y avoir un tout petit fond d'eau** (il doit toujours rester un peu de liquide au fond de la cocotte/sauteuse).
- 6 Profiter de l'étape 5 pour **cuire le riz**, l'égoutter et le **faire revenir** avec un peu d'huile et une demi cuillère à café de curcuma dans un wok ou une casserole pour bien **le parfumer et le colorer** (sur feu assez doux).
- 7 Pendant les 5 dernières minutes, **cuire les épinards** juste lavés, égoutés et grossièrement coupés dans une grande casserole sans matière grasse pendant 5 minutes puis ajouter l'ail écrasé et un peu de sel.
- 8 **Couper la rouelle et servir aussitôt.**

*Ce plat s'accompagnera parfaitement d'un rouge **Les Graviers Saint-Nicolas de Bourgueil du Domaine Drussé** !
Avis aux amateurs : une petite pointe de pâte de piment sur le bord de l'assiette viendra avantageusement rehausser le tout.
Bon appétit !*