

## Les **RECETTES LORRAINE** de **TOUT-METZ.COM**

### **LA POTEE LORRAINE**

La **potée lorraine** est un plat typiquement lorrain, à déguster à plusieurs convives.



Ce plat lorrain ne peut pas être improvisé, il nécessite plusieurs ingrédients frais, et son temps de préparation complet est de 3h30 environ.

Par contre, on peut le préparer en grande quantité, car il est encore meilleur réchauffé.

Préparation : 25 minutes	Cuisson : 3h en 2 étapes
Difficulté : 4/10	Ustensiles : classiques
Coût : environ 25€	Saison : Automne - Hiver

## Ingrédients

Pour **4 personnes** :

- 500 g de palette fumée
- 2 saucisses de Lorraine ou de Mortaux
- 1 jarret de porc fumé
- 100 g de lard fumé
- 1 chou vert
- 250 g de haricots blancs
- 250 g de navets
- 250 g de carottes
- 500 g de pommes de terre nouvelles
- 1 oignon
- un bouquet garni
- poivre en grains
- 1 pot de moutarde

*éventuellement pour l'accompagnement :*

- 500 g de crème fraîche épaisse
  - 5 échalottes
  - du vinaigre (de marque Melfor de préférence)
- 

## Ustensiles de cuisine

**Pour préparer une potée lorraine**, munissez vous du **matériel** suivant :

- 1 pot (en terre cuite si possible)
  - 1 casserole
  - 1 cocotte minute ou un cuiseur assez grand
  - 1 grand plat creux
- 

## Préparation

- blanchir le chou en le pongeant dans une casserole d'eau bouillante pendant 5 minutes. Egouttez après.
- en accompagnement, préparez un pot avec votre crème fraîche épaisse, les échalotes ciselées, du sel, du poivre et du vinaigre. A défaut la moutarde permettra de faire remonter le goût du plat

---

## **Elaboration**

- mettre la palette et le jarret de porc dans la cocotte ou le cuiseur
- recouvrir d'eau, puis ajouter du poivre
- mettez à mijoter (feu doux) pendant 2h
- au bout de 2h, ajouter les légumes, les saucisses lorraine ou morteaux
- laisser mijoter encore pendant 1/2h
- après 30 min, retirez les viandes, les saucisses et les légumes
- servez le bouillon en guise d'entrée (un peu comme un minestrone)
- découpez la palette en tranches et égouttez vos légumes
- disposez saucisses, jarret de porc et tranches de palette au centre de votre plat creux
- entourez les avec les légumes
- c'est prêt !

**Bon appétit !**

### **Conseils**

Servir avec un vin blanc pas trop sucré, issu des coteaux de Moselle, ou un Riesling.