



LA RECETTE de Raphaël !

SAUTÉ DE PORC AUX OLIVES !

INGRÉDIENTS :

500g de sauté de porc • 4 tomates • 2 carottes
100g d'olives vertes ou noires • 1 oignon • 1 gousse d'ail
50cl de bouillon • Sel & poivre • Beurre

PRÉPARATION :

Préparer les 50cl de bouillon avec un cube. Couper en dés les tomates et les carottes. Hacher grossièrement l'oignon et l'ail. Faire fondre le beurre dans une cocotte et faire revenir le sauté pour le colorer. Après quelques minutes, le réserver. Faire revenir les légumes, oignon et ail dans le jus. Ajouter la viande et les olives. Verser le bouillon, assaisonner et laisser mijoter à feu doux pendant 1h30. Servir chaud en l'accompagnant de pommes de terre ou de pâtes par exemple.

Et voilà ! Il ne reste plus qu'à vous régaler !

Scannez-moi !



Raphaël est le chef cuisinier de la cantine scolaire.

À travers ces menus, nous vous proposons de goûter aux plats que vos enfants dégustent lors du déjeuner. L'ensemble de ces repas peut être consultable en ligne, sur le site de la commune.