# Rôti au cidre et à la courge

Mise en place et préparation: env. 20 min
Cuisson: env. 1½ h

- **1½ c. à soupe de moutarde**
- **2 c. à soupe de feuilles de thym**
- **1½ c. à café de sel**
- **un peu de poivre**
- **800 g de rôti de porc** (p. ex. cou)
- **un peu de farine** pour saupoudrer

- **1 c. à soupe d'huile** pour la cuisson
- **3 dl de cidre fermenté**

- **1 oignon,** en quartiers
- **800 g de courge** (p. ex. Butternut), en petits quartiers
- **50 g de raisins sultans**

**1.** Mélanger la moutarde et tous les ingrédients, y compris le poivre. Badigeonner la viande et la fariner.
**2.** Bien chauffer l'huile dans une cocotte. Faire revenir la viande sur toutes les faces, mouiller avec le cidre, baisser le feu, laisser mijoter doucement env. 45 minutes.
**3.** Ajouter oignon, courge et raisins sultans, poursuivre la cuisson env. 45 minutes.

**Par personne:** lipides 21 g, protéines 37 g, glucides 26 g, 1957 kJ (468 kcal)

**env. 6.85**
**par personne**

**Recette Betty Bossi**
Journal Betty Bossi N° 08/2009
© Betty Bossi Editions SA
www.bettybossi.ch