

Cassoulet

en marmite norvégienne



- Haricots blancs secs : 400 g
- Confit de canard du Périgord : 4 cuisses
- Saucisses : 4 (type Toulouse)
- Lard salé : 200 g
- 200 g de porc non fumé, idéalement au choix : échine de porc, ou épaule, ou jarret désossé
- Tomates pelées : 200 g
- Carottes : 200 g
- Oignons : 100 g
- Bouillon de volaille : 100 cl
- Herbes de Provence : 5 g
- Ail : 2 gousses, Sel : 5 g, Poivre : 3 g



(pour 4 personnes)

Étapes de préparation

1. Préparer les haricots secs :

La veille, faites tremper les haricots blancs dans de l'eau froide pendant 12 heures, voire 24h idéalement. Égouttez-les avant utilisation.

2. Préparation des légumes :

Épluchez et coupez les carottes en rondelles. Hachez les oignons et écrasez l'ail.

3. Cuire les haricots :

Placez les haricots dans une grande casserole, ajoutez le bouillon de volaille, portez à franche ébullition, et laissez cuire 10 minutes. Égouttez les haricots, mais gardez le bouillon de cuisson.

4. Préparer les viandes :

Coupez les 200 g de jarret en 4 morceaux d'environ 50 g.

Dans la même casserole, faites dorer le jarret avec le lard en morceaux et les saucisses.

Retirez les saucisses une fois dorées, car elles n'ont pas besoin de cuire aussi longtemps.

Gardez dans la casserole : le jarret, le lard.

Ajoutez les oignons, les carottes, l'ail et les tomates pelées, puis faites revenir environ 5 mn.

Ajoutez ensuite environ 40 cl de bouillon réservé, puis laissez bouillir doucement 10 à 15 mn avec le jarret et le lard.

C'est ici que le jarret commence à s'attendrir avant le passage en marmite norvégienne.

5. Assemblage :

Remettez les haricots et les viandes dans la casserole.

Ajoutez les herbes de Provence, le sel et le poivre.

6. Portez l'ensemble à franche ébullition et laissez bouillir doucement pendant 10 minutes.

7. Retirez du feu, placez dans la marmite norvégienne, et laissez cuire doucement 5 heures.

8. Finition avant de servir :

Sortez la casserole de la marmite norvégienne, vérifiez l'assaisonnement, et servez chaud.



Préparation
30 minutes



30 / 40 minutes
(haricots + ébullition)



5 heures
en Marmite



mavieeco.fr