

RECETTE DU POT AU FEU COCOTTE MINUTE**INGREDIENTS**

2 morceaux de plat de cotes	8.20 euros
1 kg de poireaux	1.90 euros
4 petits navets	1.16 euros
1 petit rutabaga	1.34 euros
Du céleri branche ou un céleri rave	1.75 euros
6 petites carottes	0.50 euro
6 pommes de terre	0.50 euro
1 oignon	0.10 euro
2 clous de girofle	
Bouquet garni	Au jardin
Sel et poivre en grains	



Soit un prix total de 15.45 euros pour 8 personnes : **1.93 euros / personne.**

Préparation : 45 mn

Cuisson totale : 1 h 45 mn

REALISATION :

L'idéal est de posséder une cocotte minute de 10 litres.

Je suis un peu embarrassée avec ma cocotte de 8 litres.

Eplucher tous les légumes, couper les navets en deux ou quatre et couper aussi le rutabaga en cubes et éventuellement le céleri s'il est rave. J'ai du congeler la moitié du céleri rave car il n'y avait pas assez de place dans la cocotte.

Eplucher l'oignon, le laisser entier et le piquer avec les deux clous de girofle.

Eplucher les carottes et les laisser entières.

Placer tous les cubes de légumes dans la cocotte minute en tassant bien, ajouter les morceaux de plats de cotes et remplir d'eau froide jusqu'aux rivets des poignées.

Ajouter une pincée de gros sel et de poivre en grains.

Ajouter également l'oignon et le bouquet garni.

Placer la cocotte sur grand feu et visser le couvercle.

Lorsque la soupape commence à tourner, baisser le feu et laisser cuire 1h30.

Je place la cocotte sur une plaque électrique thermostat 4 sur 6.

15 mn avant la fin de la cuisson, couper le feu. Eplucher les pommes de terre et les laver.

Lorsque toute la vapeur est partie, ouvrir le couvercle et placer les pommes de terre entières dans le bouillon, refermer le couvercle et replacer sur le feu.

Lorsque la soupape chuchote, laisser cuire 15 mn.

A nouveau, couper le feu, sortir la cocotte dehors et enlever la soupape.

Sortir les légumes et la viande à l'aide d'une écumoire, les placer dans des plats de service.

Servir bien chaud.

Agrémenter d'une vinaigrette et/ou de gros sel de mer et/ou de cornichons.

.....C'est prêt

Miam miam

Une fois le bouillon refroidi, retirer les plaques de gras. Placer du bouillon dans une casserole porter à ébullition et y verser des vermicelles. Laisser cuire encore 5 mn, vous obtiendrez un excellent potage.