



# Goulasch de porc, frites de panais et patate douce



**Temps de préparation**

> 1h



**Difficulté**

Moyenne



## Ingrédients

1 kilogramme de carbonnades de porc  
sel et poivre  
beurre  
2 oignons (émincés)  
1 cuillère à soupe paprika en poudre  
1 cuillère à soupe paprika en poudre (fumé)  
1 boîte de pâte de tomate  
2 1/2 décilitres de fond de veau (Bon Fond bio)  
1 feuille de laurier  
1 branche de romarin  
1 poivron vert  
1 poivron rouge  
liant pour sauce  
4 patates douces  
4 panais

## Méthode de préparation

- 1.** Tamponnez la viande pour la sécher et assaisonnez de sel et de poivre.
- 2.** Faites fondre un gros morceau de beurre dans une sauteuse à fond épais. Faites-y colorer la viande et retirez-la de la poêle.
- 3.** Faites-y revenir les oignons.
- 4.** Rajoutez la viande et rectifiez l'assaisonnement avec les deux types de paprika, sel et poivre.
- 5.** Ajoutez la petite boîte de concentré de tomates et mélangez bien. Arrosez avec le fond de veau et rectifiez l'assaisonnement avec du laurier et du romarin.



- 6.** Détaillez les poivrons en dés et ajoutez-les à la préparation.
- 7.** Placez le couvercle sur la poêle et laissez cuire ± 2 h à feu doux.
- 8.** Épaississez éventuellement avec le liant.
- 9.** Épluchez les patates douces et les panais.
- 10.** Coupez-les en frites.
- 11.** Faites-les cuire à la friteuse pendant 2 à 3 minutes à 180 °C.
- 12.** Servez avec la goulasch de porc.