

## ***RECETTE CUISINE des GONES***

### **GRATTONS LYONNAIS**

Ingrédients :

- morceaux de gras de porc
- Les grattons
- (plus rarement orthographiés gratons) constituent un plat traditionnel de la région lyonnaise, composé de résidus grillés de graisse ou (panne) de porc et de viande de porc et dont les Lyonnais sont particulièrement friands. les grattons classiques au porc sont assez gros (morceaux de 5 cm), Consistance croustillante et grasse,
- Se consomme à l'apéritif avec un communard, un apéritif traditionnel de Lyon, composé de liqueur de cassis et de vin rouge.

### **LES GRATTONS**

Ingrédients: (4pers.)

-1kg de couenne de porc

- gros sel

-1 cuill.à soupe d'huile

Coupez la couenne en morceaux de 5cm environ.

Faites cuire les morceaux avec la cuiller. D'huile dans une marmite et à feu doux.

La cuisson doit environ être de 3 à 4 heures.

A mi-cuisson ajoutez 1 cuill.à soupe de gros sel.

La cuisson est terminée quand les grattons sont croquants.

Surtout égouttez bien les grattons et faites les sèche pendant une nuit avant de les manger.

**Bonne Dégustation**