

RECETTE CUISINE des GONES

GRAS-DOUBLE à la LYONNAISE

Ingrédients :

- 1,5 kg de gras-double dans le bonnet
- 50 gr de saindoux
- 20 g de beurre
- 3 oignons
- 1 gousse d'ail
- 2 cuillères à soupe persil haché
- 1 verre de vin blanc sec
- 1/2 verre de vinaigre de vin
- sel poivre

Recette:

- Couper les gras-doubles en minces lanières et les faire sauter dans le saindoux dans une poêle.
- À part, faire suer les oignons émincés et l'ail haché dans le beurre jusqu'à ce qu'ils blondissent.
- Mélanger le tout au gras-double et verser dans un plat allant au four.
- Dans la poêle très chaude où a cuit le gras-double,
- déglacer au vin blanc et bien remuer avec une cuillère en bois afin de faire dissoudre les sucs.
- Verser dans la poêle brûlante, le vinaigre et en arroser aussitôt le gras-double et mettre au four à feu doux pendant 30 minutes.
- Au moment de servir, Ajouter le persil.

- **PS gras-double cru**

Mettre le gras-double dans une marmite avec 2 litres d'eau, 2 oignons, 1 gousse d'ail du sel et du poivre.

Porter à ébullition et cuire à frémissement pendant 6 heures.

Bon appétit