

Râpez
les patates !



Parc
naturel
régional
de Millevaches
en Limousin

le mounassou *lo monasson*

Pour 6 personnes

Ingrédients :

- 1,2 kg de grosses pommes de terre
- 300 g de poitrine de porc
- 2 œufs
- 3 gousses d'ail
- 2 branches de persil
- 3-4 échalotes ou 2 oignons
- 1 verre de lait
- 2 grosses tranches de pain dur
- sel-poivre

Variante : recette aussi très savoureuse, végétarienne sans poitrine de porc.

Le catalogue des producteurs du PNR de Millevaches en Limousin est à retrouver sur le site internet du Parc dans la rubrique « brochure ».

Per sieis personas

- *1,2 kg de gròssas trefas*
- *300 g de peitrina de ganhon*
- *2 cacaus*
- *3 lissons*
- *dau persilh*
- *3-4 echalòtas o ben tot 2 unhons*
- *1 veire de laite*
- *2 peças de burre de vielh pan*
- *sau-pebre*

Recette :

Cette spécialité est surtout connue dans le sud du PNR, et se retrouve dans toute une partie de la Corrèze. Merci à Madame Bassaler de Davignac pour sa recette.

1. *Pialar e raspar las trefas*, peler et râper les pommes de terre (il existe une râpe à mounassou, mais tout autre râpe fera l'affaire).
2. La farce, *la farça ; Copissonar*, hacher la poitrine de porc, les oignons ou échalotes, l'ail, le persil. *Esbolhar lo pan dins dau laite*, écraser le pain dans un peu de lait. Ajouter deux œufs pour faire le liant. Saler, poivrer.
3. *Boiar 'quela farça ambe las trefas*, mélanger cette farce avec les pommes de terre.
4. Mettre le mounassou dans une poêle huilée (environ 2 à 3 cm d'épaisseur) ou dans une brasière huilée (la préparation pourra alors être plus épaisse).
5. Faire cuire doucement. Une fois la préparation devenue ferme, *virar coma 'na moleta*, retourner comme une omelette.
6. Servir chaud, seul ou accompagné d'une salade.
E quò es bien bon !

