

# FLANC DE PORC CONFIT À LA BIÈRE NOIRE ET AUX ÉPICES

NIVEAU DE  
DIFFICULTÉ



## VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

1070  
CALORIES

45 g  
PROTÉINES

73 g  
GLUCIDES

58 g  
MATIÈRES GRASSES

10  
minutes  
PRÉPARATION

10  
heures  
CUISSON

4 à 6  
PORTIONS

## COUPES



Rôti  
d'épaule  
picnic

## INGRÉDIENTS

### FLANC DE PORC

2 lb	Poitrine de porc	1 kg
3	Branches de thym	3
1	Oignon	1
2	Gousses d'ail	2
Au goût	Sel et poivre	Au goût
1 bouteille	Bière noire Criminelle (Brasserie La Voie Maltée)	1 bouteille
4 c. à table	Beurre de cacao Mycryo	60 ml
1	Boudin noir	1

### MÉLANGE D'ÉPICES

1 c. à table	Moutarde en grains	15 ml
1 c. à thé	Cumin en grains	5 ml
1 c. à table	Coriandre en grains	15 ml
1 c. à thé	Bâton de cannelle	5 ml
1/2 c. à thé	Céleri en poudre	3 ml
2 c. à thé	Origan	10 ml
2 c. à table + 1 c. à thé	Chili	35 ml

### COMPOTÉE D'OIGNONS

10	Oignons blancs	10
1	Branche de thym	1
3	Gousses d'ail	3
1 à 2 c. à table	Beurre de cacao Mycryo	15 à 30 ml
Au goût	Sel et poivre du moulin au goût	Au goût

### MOUTARDE MAISON

1 tasse	Moutarde de qualité (Dijon)	250 ml
4 tasses	Bière noire Criminelle (Brasserie La Voie Maltée)	1 L
3 1/2 oz	Moutarde en poudre	100 g

## PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 225°F.
2. Torrifier (faire dorer) les épices dans une poêle à sec, puis les passer au moulin à épices ou au mortier. Réserver.
3. Effeuille le thym et le hacher.

4. **Saler et poivrer la poitrine de porc et avec vos mains, frotter la viande avec le thym, cela va faire pénétrer les saveurs de sel, poivre et thym dans la viande.**
5. **Répartir aussi sur la viande, le mélange d'épices préparé.**
6. **Éplucher et émincer l'oignon. Écraser les gousses d'ail.**
7. **Dans un plat large allant au four, mettre sur le fond l'oignon puis la poitrine et les gousses d'ail, ajouter la bière puis fermer hermétiquement avec du papier d'aluminium. Laisser cuire au four pendant 10 h.**
8. **Quand la poitrine est cuite, la sortir de son jus de cuisson et la mettre dans un plat légèrement plus petit que la poitrine, en la tassant. Couvrir d'un film alimentaire et déposer un poids sur la poitrine afin de la presser. Laisser au frais pendant une nuit complète.**
9. **Récupérer le jus de cuisson, le dégraisser puis le réduire à feu moyen, jusqu'à consistance sirupeuse. Réserver.**
10. **Le lendemain, couper la poitrine en rectangles, saupoudrer de beurre de cacao Mycryo puis colorer les morceaux à la poêle. Réserver au chaud.**
11. **Tailler le boudin en tronçons de 1 cm d'épaisseur. Poêler, puis réserver au chaud.**

#### COMPOTÉE D'OIGNONS

1. **Émincer les oignons le plus finement possible.**
2. **Effeuillez les branches de thym.**
3. **Mettre les oignons à fumer dans un fumoir durant 3 heures (optionnel).**
4. **Dans une large casserole, déposer le beurre de cacao Mycryo, puis ajouter les oignons, le thym et l'ail haché.**
5. **Laisser cuire pendant 30 à 40 minutes environ, à feu moyen-doux.**
6. **Surveiller pour ajouter quelques cuillères d'eau si nécessaire pour éviter que les oignons ne brûlent; ils doivent être cuits et avoir la consistance d'une compote. Vérifier l'assaisonnement en sel et poivre et réserver au chaud.**

#### MOUTARDE MAISON

1. **Faire réduire la bière à feu doux dans une casserole.**
2. **Une fois réduite des 2/3, laisser refroidir.**
3. **Mélanger la moutarde, la poudre de moutarde et la bière réduite.**

#### DRESSAGE

**Positionner le flanc de porc confit aux épices au centre d'une assiette. Garnir de la compotée d'oignons fumés, puis de moutarde maison à la bière. Pour compléter le dressage, déposer une rondelle de boudin sur la moutarde.**