

metro



Jambon au sirop d'érable

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ★ ☆ 2 Votes



Sans Gluten



Sans Lactose

6 PORTIONS | 0:15 PRÉPARATION | 1:45 CUISSON | 2:00 TEMPS TOTAL

Ingrédients

1 Épaule de porc

125 ml Sirop d'érable ou miel
(1/2 tasse)

6 Gousses d'ail entières, pelées

3 Anis étoilé

2 Bâton de cannelle

6 Feuilles de laurier

3 Piments forts séchés entiers

Au goût, graines de coriandre

Au goût, graines de fenouil

Préparation

Casser en gros morceaux, l'anis étoilé, la cannelle, le laurier, les piments forts. Réserver.

Dans une casserole ou braisière, déposer l'épaule de porc. Arroser généreusement de sirop d'érable.

Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).

Déposer sur la viande les gousses d'ail entières et les autres ingrédients sauf l'huile et l'eau et y verser l'huile d'olive.

Ajouter l'eau pour couvrir le fond de la casserole environ 2,5 cm (1 po).

Faire rôtir au four 1h30 à 2h. Laisser reposer quelques minutes après cuisson.

Source : Metro

Accords bières et mets



Fruitée et onctueuse

Appréciée pour son exotisme. Une bière au corps moyen avec des accents fruités et épicés qui offre une finale douce et un goût moyennement sucré.

Quantité suffisante, huile d'olive

Quantité suffisante, eau

Mentions légales

Recettes sans gluten

Assurez-vous de n'utiliser que des céréales, farines et féculés certifiées sans gluten et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Metro Richelieu inc. , ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
