

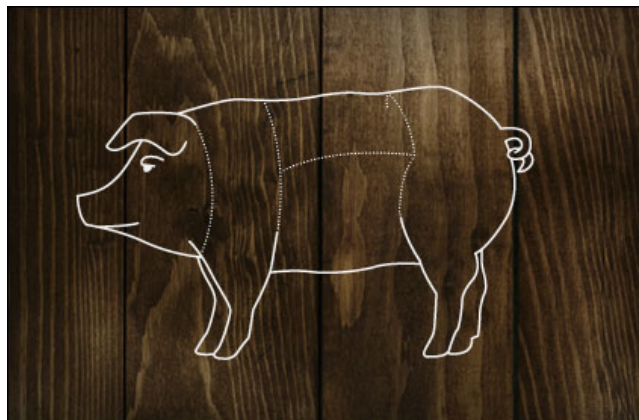
MARINADE MEXICAINE POUR MÉCHOUI DE PORC

10
minutes
PRÉPARATION

Aucune
CUISSON

1 L (4
tasses)
PORTIONS

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Guacamole

INGRÉDIENTS :

1 gousse d'ail, 1 échalote, 2 avocats, ¼ botte de coriandre fraîche, Jus d'1 citron, Tabasco au goût, 30 ml de vinaigre de vin rouge, 15 ml de lait, sel et poivre au goût

PRÉPARATION :

Épluchez l'échalote, l'ail et les avocats. Tirez le jus du citron. Mettez tous les ingrédients ensemble dans un bol. Mixez le tout pour obtenir une pâte homogène. Couvrez le guacamole d'un film alimentaire et réservez-le au frais, en attendant de le servir.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

61
CALORIES

1 g
PROTÉINES

10 g
GLUCIDES

1 g
MATIÈRES GRASSES

INGRÉDIENTS

1/4 tasse	Sauce soya	60 ml
1/2 tasse	Miel liquide	125 ml
1/4 tasse	Vinaigre blanc	60 ml
1/4 tasse	Jus de citron	60 ml
1/4 tasse	Jus de lime	60 ml
2	Gousses d'ail	2
1 c. à table	Gingembre frais	15 ml
1 c. à table	Coriandre moulu	15 ml
1	Feuille de Laurier	1
1	Oignon moyen	1
1	Branche de thym	1
4	Chile Pasilla de Oaxaca (fumé)	4
1 c. à table	Piment en flocons	15 ml
1/4 c. à thé	Piment de Cayenne	1 ml
1 c. à table	Huile de canola	15 ml
1 c. à table	Origan sec	15 ml
1/2 tasse	Tequila	125 ml
1 tasse	Bouillon de poulet	250 ml
2 c. à table	Paprika fumé doux	30 ml
2 c. à table	Cassonade	30 ml
1 c. à thé	Sel	5 ml
1 c. à table	Poivre noir moulu	15 ml
1/4	Botte de coriandre pour la finition au moment de servir	1/4

PRÉPARATION

- Hachez l'oignon, l'ail et le gingembre.
- Mélangez tous les ingrédients et préparez la marinade la veille, pour que les piments aient le temps de bien se réhydrater.
- Passez le tout au mixer pour réduire tout en purée.
- Piquez la viande aux endroits où il y a beaucoup de chaire (avec attendrisseur à viande ou fourchette), couvrez-la avec la marinade préparée et laissez mariner le porc durant 48 heures.
- Embroschez le porc pour sa cuisson.
- Dans une casserole, récupérez la marinade et faites-la cuire 10 min sur feu moyen pour la faire réduire légèrement et pouvoir l'utiliser comme sauce ou laque par la suite.
- Utilisez régulièrement cette marinade comme une laque durant les dernières heures de cuisson du porc.