

MIJOTÉ DE PORC CARI-COCO

25 min
PRÉPARATION

1h10
min
CUISSON

4
PORTIONS

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENTS

Servir cette blanquette exotique avec du riz basmati ou des bananes plantains rissolées.

SUGGESTION DE VINS

La Vieille Ferme, vin blanc de faible intensité aux parfums de pêche, de banane et de miel.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

765
CALORIES

41 g
PROTÉINES

47 g
GLUCIDES

43 g
MATIÈRES GRASSES

COUPES



Cubes

INGRÉDIENTS

| | | |
|------------------------------|---|------------------------------|
| 1 lb | Cubes à ragoût de porc du Québec (épaule) | 454 g |
| 1 | Oignon tranché | 1 |
| 1 | Tige de citronnelle, coupée en tronçons | 1 |
| 1 morceau de 3 cm (1 1/4 po) | Gingembre frais, coupé en lamelles | 1 morceau de 3 cm (1 1/4 po) |
| 3 | Gousses d'ail, pelées et écrasées | 3 |
| 1/2 | Petit piment fort, haché | 1/2 |
| 6 tasses | Bouillon de poulet | 1,5 L |
| 3 c. à table | Beurre | 45 ml |
| 2 c. à table | Pâte de cari | 30 ml |
| 1/2 tasse | Lait de coco | 125 ml |
| 2 c. à thé | Fécule de maïs, délayée dans un peu d'eau | 10 ml |
| 1/2 | Lime, jus et zeste finement râpé | 1/2 |
| Pour garnir | Coriandre fraîche, hachée | Pour garnir |
| Au goût | Sel et poivre frais moulu | Au goût |

PRÉPARATION

- Dans une grande casserole, mélanger les cubes de porc, l'oignon, la citronnelle, le gingembre, l'ail et le piment. Couvrir avec le bouillon. Saler et poivrer. Porter à ébullition et laisser mijoter doucement environ 1 heure. Couvrir au besoin.
- Bien égoutter les cubes de porc. Filtrer le bouillon et en réserver 375 ml (1 1/2 tasse).
- Dans une grande poêle, à feu moyen-vif, fondre le beurre et y faire revenir les cubes de porc et la pâte de cari. Ajouter le bouillon réservé, le lait de coco et la fécule délayée. Remuer. Porter à ébullition et laisser mijoter de 3 à 4 minutes.
- Incorporer le jus et le zeste de lime. Rectifier l'assaisonnement. Servir et garnir de coriandre fraîche hachée.