

# OSSO BUCO DE PORC À L'ITALIENNE ET GNOCCHIS

NIVEAU DE  
DIFFICULTÉ



## VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

656  
CALORIES

38 g  
PROTÉINES

57 g  
GLUCIDES

28 g  
MATIÈRES GRASSES

25  
minutes  
PRÉPARATION

6 heures  
CUISSON

4  
PORTIONS

## COUPES



Jambonneau  
jarret  
arrière ou  
osso buco

## INGRÉDIENTS

4	Tranches de jarret de porc du Québec de 5 cm (2 po) d'épaisseur sans la couenne	4
4 c. à table	Huile d'olive	60 ml
2 tasses	Sauce tomate	500 ml
1 tasse	Bouillon de légumes	250 ml
1/2 tasse	Vin rouge	125 ml
1	Oignon, haché	1
2	Branches de céleri, coupées en brunoise	2
3	Gousses d'ail, hachées	3
3	Branches de thym, effeuillées	3
1	Branche de romarin frais, effeuillée	1
1	Feuille de laurier	1
2 c. à table	Câpres	30 ml
1 c. à table	Fécule de maïs délayée dans un peu d'eau (au besoin)	15 ml
4	Portions de gnocchis maison ou du commerce	4
Au goût	Parmesan, râpé	Au goût
Au goût	Sel et poivre frais moulu	Au goût

## PRÉPARATION

- Dans une grande poêle, à feu moyen-vif, chauffer l'huile d'olive. Dorer les jarrets de porc environ 2 minutes de chaque côté. Saler et poivrer. Les déposer dans la mijoteuse et ajouter la sauce tomate, le bouillon, le vin rouge, l'oignon, le céleri, l'ail, le thym, le romarin et le laurier. Saler et poivrer.
- Couvrir et cuire à faible intensité pendant 6 heures. Ajouter les câpres et rectifier l'assaisonnement. Si la sauce est trop liquide, ajouter la fécule délayée en remuant et cuire à haute intensité quelques minutes ou jusqu'à ce que la sauce épaississe.
- Entre-temps, dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire les gnocchis jusqu'à ce qu'ils remontent à la surface. Égoutter.
- Déposer les gnocchis dans les assiettes. Y répartir les jarrets et la sauce. Garnir de parmesan.