

PORC EFFILOCHÉ AUX SAVEURS DU SUD

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

722

CALORIES

58 g

PROTÉINES

52 g

GLUCIDES

24 g

MATIÈRES GRASSES

10
minutes
PRÉPARATION

6 heures
CUISSON

10 à 12
PORTIONS

COUPES



Soc désossé
ou échine et
steak
d'échine

INGRÉDIENTS

6 lb	Échine de porc du Québec	3 kg
8 tasses	Bière brune	2 litres
2 tasses	Cassonade	500 ml
1 tasse	Paprika	250 ml
1/2 tasse	Coriandre moulue	125 ml
1 tasse	Moutarde de Dijon	250 ml
2 tasses	Vinaigre blanc	500 ml
2 c. à table	Sel	30 ml
3 c. à table	Poivre	45 ml
1/2 c. à thé	Piment de Cayenne	2,5 ml
1/2 botte	Thym	1/2 botte
1/2 botte	Romarin	1/2 botte
2	Oignons, coupés en cubes	2
3	Gousses d'ail, hachées	3

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four, la grille au centre à 160° C (325° F).
2. Dans une rôtissoire, déposer les morceaux d'échine de porc. À l'aide d'un couteau, piquer la viande à dix reprises.
3. Dans un bol mélanger la bière, la cassonade, le paprika, la coriandre moulue, la moutarde, le vinaigre, le sel, le poivre et le piment de Cayenne.
4. Verser la préparation sur la viande et répartir le thym, le romarin, l'oignon et l'ail.
5. Recouvrir d'un papier d'aluminium et cuire au four durant 6 heures.
6. Laisser tiédir le tout. Retirer la viande du jus de cuisson. Filtrer le jus et réserver. Dégraisser et effilocheur la viande.
7. Dans un bol, déposer la viande et ajouter un peu de jus de cuisson. Au besoin, réchauffer la viande en ajoutant du jus de cuisson pour que la viande reste tendre et juteuse.
8. Garnir un sandwich, un burger ou toute autre composition de votre choix.