



## Pulled pork au Cookeo

Le pulled pork, littéralement "porc effiloché", est une viande longuement mijotée et légèrement caramélisée. Cette spécialité du sud des États-Unis, peut servir de garniture pour de nombreux sandwichs, burgers, panini... Pour gagner du temps et ne pas avoir à surveiller continuellement la viande, nous vous proposons une recette de pull porc au Cookeo. Succès assuré !

**PRÉPARATION :**



Préparation

10 min

Cuisson

1 h 30 min

**INGRÉDIENTS:**

4 PERS.

1 kilo de rôti de porc

---

4 c. à soupe de sauce soja

---

5 c. à soupe de ketchup

---

2 c. à soupe de miel liquide

---

1 c. à café de sauce Worcestershire

---

1/2 c. à café d'épices cajun

---

5 cl d'eau

---

**1.**

Retirez la ficelle du rôti de porc. Conservez la barde ou le gras du rôti.

**2.**

Dans un récipient, mélangez le reste des ingrédients : le miel, la sauce soja, le ketchup, la sauce Worcestershire, l'eau et les épices cajun.

**3.**

Versez la sauce dans la cuve de votre Cookeo. Déposez le rôti dans la cuve. Retournez-le afin de bien l'enrober de sauce.

**4.**

Fermez le Cookeo et lancez la cuisson sous pression pour 1h30.

**5.**

Lorsque la cuisson est terminée, retirez la viande de la cuve et effilochez-la. Remplacez la viande dans la cuve et mélangez bien afin de l'enrober de sauce.