

# metro



## Ragoût de boulettes et de pattes de cochon

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ☆ ☆ 12 Votes



Sans Lactose

4 PORTIONS | 0:35 PRÉPARATION | 3:00 CUISSON | 3:35 TEMPS TOTAL

### Ingrédients

1 Jarret de porc, coupé en 4 morceaux

Quantité suffisante, eau

900 g (2 lb) Porc haché

60 ml (1/4 tasse) Chapelure

2 Oeuf

125 ml (1/2 tasse) Oignon, haché

2 Gousses d'ail, hachées

2 ml (1/2 c. à thé) Cannelle

### Préparation

Dans une casserole, mettre les morceaux de jarret. Couvrir d'eau et cuire à couvert pendant 1 h 30.

Retirer les morceaux de jarret de la casserole et réserver.

Mélanger le porc haché, la chapelure, les oeufs, l'oignon, l'ail, la cannelle, le clou de girofle, le sel et le poivre.

Façonner les boulettes de viande et les fariner. Mettre délicatement dans le jus de cuisson du jarret, en évitant de les déformer. Cuire à feu doux, environ 1 heure.

Retirer les boulettes du jus de cuisson et réserver avec les morceaux de jarret.

Délayer la farine grillée dans l'eau froide et ajouter au jus de cuisson. Porter à ébullition et laisser mijoter 20 minutes. Ajouter les boulettes et le jarret de porc à la sauce (on peut désosser le jarret si désiré). Cuire 45 minutes, toujours à feu doux.

Surveiller la cuisson afin d'éviter que les viandes se collent les unes aux autres.

Servir bien chaud.

Source : Metro

Accords vins et mets

**2 ml** Clou de girofle  
**(1/2 c. à thé)**

---

Au goût, sel et poivre noir

---

**15 ml** Farine  
**(1 c. à soupe)**

---

**60 ml** Farine grillée  
**(1/4 tasse)**

---

**250 ml** Eau froide  
**(1 tasse)**

---



### Fruité et généreux

Ces vins mi-corsés offrent une couleur intense, un nez riche dominé par des arômes de fruits. Ce sont des vins savoureux et accessibles.

Catégories de produits : vin rouge, vin rosé.

© Société des alcools du Québec, 2007

---

### Accords bières et mets



### Fruitée et onctueuse

Appréciée pour son exotisme.

Une bière au corps moyen avec des accents fruités et épicés qui offre une finale douce et un goût moyennement sucré.

---

### Mentions légales

#### Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---