



Jambon au foin et à l'eau d'érable à la mijoteuse

par ZESTE

Quantité : **4 portions** (0) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **10 h 10 min**

Préparation **10 min**

Cuisson **10 h**



Préparation

1. Dans une mijoteuse, poser un fond de foin. Badigeonner le jambon avec la moutarde de Dijon.
2. Verser un peu d'eau d'érable sur le foin et y déposer le jambon. Ajouter l'eau d'érable jusqu'à ce qu'elle atteigne environ 5 cm de la bordure. Parsemer les graines de moutarde autour du jambon. Couvrir de foin.
3. Cuire à faible intensité durant 10 heures.
4. Retirer la viande et la couvrir d'un papier d'aluminium.
5. Retirer 2 tasses du jus de cuisson, le filtrer, le verser dans un petit chaudron et ajouter le sirop et amener à ébullition.
6. Délayer la fécule de maïs avec un peu d'eau froide, puis verser dans le jus de cuisson en ébullition en fouettant. Cuire 5 à 6 minutes à feu moyen.

PUBLICITÉ

Ingrédients

1 jambon demi-cuit dans l'épaule avec os d'environ 3 kg (6 1/2 lb)

1 1/2 L (6 tasses) de foin

2 L (8 tasses) d'eau d'érable

85 ml (1/3 tasse) de moutarde de Dijon

15 ml (1 c. à soupe) de graines de moutarde entières

30 ml (2 c. à soupe) de sirop d'érable

7 ml (1/2 c. à soupe) de fécule de maïs

Bon à savoir !

Cette recette se réalise aussi sur la cuisinière. On recouvre entièrement le jambon avec l'eau d'érable et le foin. On couvre et on amène à ébullition, puis on laisse mijoter 20 minutes par livre.