

Filet de porc à la cassonade et au sirop d'érable.

- 2 filets de porc d'une 1 livre chaque**
- 1 gousse d'ail**
- 4 c. à table de moutarde de dijon ou à l'ancienne**
- 2 c. à table de miel**
- 2 c à table de sucre brun**
- 1 c. à table de vinaigre de cidre ou de vinaigre balsamique**
- 1/2 c. à thé de thym**
- 1 c. à table de sirop d'érable**
- 1 t. de bouillon de poulet**
- 1 c.à table de féculé de maïs et 1 c. à table d'eau**



Parer les filets de porc, les saler et les poivrer.

Ajouter l'ail, la moutarde, le miel, le sucre brun, le vinaigre, le thym, le sirop d'érable, le bouillon. Bien mélanger et fermer le couvercle. Cuire 35 m. sur MANUAL, High.

À la fin de la cuisson laisser la pression descendre naturellement pendant 5 m puis dépressuriser rapidement.

Retirer le filet et le placer

dans une feuille de papier d'aluminium.

Remettre sur MANUAL, laisser bouilloner une dizaine de minutes ou jusqu'à ce que le liquide diminue du tiers.

Mélanger la fécule et l'eau et ajouter au liquide de cuisson, laisser cuire 1 minute ou jusqu'à ce que le liquide épaisse.

Traduit de :

<https://www.whatscookinchicago.com/2017/03/instant-pot-maple-brown-sugar-pork.html>

Recette et photo du haut de Christine Kurello.



