


Mini-pies à l'épaule de porc braisée



La différence est là.

 Durée totale: 1 h 20 min

 Temps actif: 50 min

 Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

600 g épaule de porc suisse
1 grosse pomme acidulée
1 poireau
1 gousse d'ail
1 cs beurre à rôtir
1 cs purée de tomates
1.5 dl vin blanc
1.5 dl bouillon
2 feuilles de laurier
cannelle
sel
poivre du moulin
beurre mou pour les moules
1 pâte à gâteau rectangulaire
1 branche romarin
1 jaune d'œuf
1 cs crème

Valeurs nutritives

1 portion (sans la salade d'endives) contient env.:

755 kcal
44 g de protéines
40 g de glucides
43 g de lipides

 Contient du gluten

 Contient du lactose

Conseil

Demande aux professionnels de ta boucherie de couper la viande en petits dés.

Préparation

- 1** Couper la viande en petits dés de 1 x 1 cm. Peler la pomme, retirer le trognon et couper la chair en petits dés. Parer le poireau et le couper en fines lanières. Peler l'ail et le hacher finement.
- 2** Dans une cocotte, faire chauffer le beurre à feu vif puis y saisir la viande par portions. Sortir et réserver. Faire revenir le poireau, la pomme et l'ail dans la graisse de cuisson, ajouter la purée de tomates et laisser cuire 2-3 minutes. Déglacer avec le vin blanc et ajouter le bouillon.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.

- 3 Remettre la viande dans la cocotte, ajouter le laurier et un peu de cannelle, et faire cuire à feu doux une vingtaine de minutes en remuant régulièrement. Le liquide doit s'être quasiment évaporé et la viande être tendre. Remettre éventuellement du bouillon. Saler, poivrer et laisser refroidir.
- 4 Beurrer 6 à 8 petits moules, couper la pâte et en tapisser généreusement les moules afin qu'il reste environ 1 cm de pâte tout autour.
- 5 Déposer la garniture dans les moules et replier un peu les bords de pâte vers l'intérieur – sans toutefois recouvrir totalement la garniture afin que la vapeur puisse s'échapper pendant la cuisson. Parsemer de romarin.
- 6 Mélanger le jaune d'œuf et la crème puis en badigeonner généreusement la pâte. Faire cuire les pies dans un four préchauffé à 175° C (chaleur supérieure et inférieure) pendant 25-30 minutes, jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée.

Accompagner d'une salade d'endives.