Ossobuco de porc braisé dans les règles de l'art

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 2 h 10 min
Temps actif: 40 min
Facile



Ingrédients

Pour 6 personnes

8	jarrets de porc suisse (en tranches de 3 à 4 cm d'épaisseur)
	sel
	poivre du moulin
50 g	farine blanche
3 cs	huile
1 cs	oignon, pelé, coupé en dés
2	gousse d'ail, pelées, coupées en deux
1	carotte, pelée, coupée en dés
200 g	céleri-rave, pelé, coupé en dés
3 cs	purée de tomates
2 dl	vin rouge
6 dl	fond de rôti
3 cs	miel
2	clous de girofle

Valeurs nutritives

1 portion (sans bramata) contient env.:

707	kcal
55 g	de protéines
68 g	de glucides
19 g	de lipides

Contient du gluten
sans lactose

Directives suisses strictes.

La loi suisse sur la protection des animaux est l'une des plus strictes au monde.

Préparation

1. Sors les tranches de jarret du réfrigérateur 1 heure à l'avance.

2. Pour que les jarrets restent plats, tranche le tendon blanc sur le côté en faisant une entaille d'env. 1 cm de part et d'autre de l'os.

3. Sale et poivre la viande, tourne-la dans la farine et ôte le surplus en tapotant. Chauffe à feu vif un peu d'huile dans la cocotte. Quand l'huile est liquide, déposes-y les tranches de jarret par portions, fais-les revenir de chaque côté pendant env. 2 minutes et réserver.

Viande Suisse
Mon choix.

4 Baisse le feu à chaleur moyenne. Ajoute et fais dorer les oignons, l'ail et les légumes.

5 Ajoute la purée de tomates, fais revenir pendant env. 3 minutes et déglace avec le vin rouge.

6 Fais réduire le vin pendant env. 3 minutes. Ajoute le fond de rôti, le miel et les clous de girofle et mélange bien.

7 Remets les tranches de jarret dans la cocotte et laisse mijoter le tout à feu doux pendant env. 1,5 heure. La viande doit être bien recouverte de liquide.

8 Après 1,5 heure, contrôle avec la fourchette si la viande est cuite. Si la fourchette à viande s'enfonce sans résistance dans les jarrets, ils sont prêts.

9 Dresse et sers immédiatement.

Accompagner de Bramata.