Langue de porc au vinaigre balsamique et sureau

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 3 h 30 min
Temps actif: 1 h
Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

1	langue de porc suisse
3	baies de genièvre
3	clous de girofle
3	feuilles de laurier
30 g	carotte
30 g	céleri
30 g	oignon
3 dl	vin rouge
1 cs	concentré de tomates
1 dl	jus d'orange
2 cs	farine
	sel
3 cs	saindoux
1 trait	jus de sureau
1 trait	vinaigre balsamique

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

268	kcal
12 g	de protéines
10 g	de glucides
14 g	de lipides

Contient du gluten
sans lactose

Préparation

1 Laver la langue sous l'eau froide. La cuire en dessous du point d'ébullition avec les épices pendant 2 heures au minimum dans une grande casserole. Si nécessaire, ajouter de l'eau et écumer la mousse.

2 Vérifier avec le doigt au bout de la langue si elle est tendre à l'intérieur. Quand la langue est cuite, la sortir du bouillon, la refroidir rapidement et ôter immédiatement la peau. Si on attend trop longtemps, la peau reste collée. Réserver la langue à couvert (sinon elle se dessèche). Passer 1 litre de bouillon au tamis et le récupérer.

3 Laver et peler les carottes et le céleri, les couper en dés. Peler les oignons et les couper en dés.

4 Faire revenir les dés de légumes dans le saindoux, ajouter le concentré de tomates et continuer de cuire un moment. Tamiser finement la farine par-dessus, mouiller avec le vin rouge et le jus d'orange. Ajouter un litre du liquide de cuisson et laisser cuire une demi-heure.

5 Assaisonner avec du sel, du poivre, le jus de sureau et le vinaigre balsamique. Couper la langue en tranches et réchauffer dans la sauce.
Servir avec des légumes frais du potager, des bettes par exemple.