Smørrebrød aux joues de porc

Mon choix.

Durée totale: 3 h

Temps actif: 1 h

Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

Joues de porc Duroc

8 morceau	joues de porc, Duroc
1	oignon
1	carotte
1	céleri-rave
1	ail, entier
50 g	purée de tomates
3 morceau	feuilles de laurier
3 dl	vin rouge
2 dl	eau

Betteraves

2 morceau	betteraves
20 g	café moulu
1 dl	huile d’olive
50 g	vinaigre de pomme

Sesammayonnaise

10 g	jus de citron
40 g	jaunes d’œuf
20 g	moutarde
5 g	sel
160 g	huile de tournesol
20 g	huile de sésame

Valeurs nutritives

1 portion (sans le pain) contient env.:

1203	kcal
26 g	de protéines
13 g	de glucides
110 g	de lipides

Contient du gluten

sans lactose

Préparation

Joues de porc Duroc

1 Mettre un peu de matière grasse dans une casserole et saler directement. Parer légèrement les joues de porc et les faire revenir dans l'huile. Les sortir et les réserver. Couper les légumes en dés et les faire brunir dans un peu d'huile. Ajouter la purée de tomates et poursuivre la cuisson quelques instants. Ajouter les joues de porc et déglacer avec le vin rouge. Compléter avec l'eau, ajouter le laurier et laisser mijoter environ 2 heures ou couvrir et braiser au four à 160° C. Dès que la viande est tendre, passer la sauce au tamis et la faire réduire.

Betteraves

1 Cuire les betteraves, les peler et les râper. Ajouter le café moulu à l'huile, laisser reposer 30 minutes et filtrer. Assaisonner avec le vinaigre de pomme et l'huile d'olive aromatisée, saler.

Mayonnaise au sésame

1 Mélanger tous les ingrédients sauf les huiles dans un bol. Ajouter lentement les deux huiles au mélange et fouetter jusqu'à obtenir une consistance ferme.