Sandwich au pastrami avec pain au levain et légumes fermentés

Durée totale: 10 jours

Temps actif: 4 h

Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

Ingrédients pour la fabrication du pastrami

1 kg	poitrine de bœuf (600 g parée)
1 poignées	copeaux de fumage (hêtre) pour le four

Mélange pour le saumurage

40 g	sel à saumure
50 g	sucre de canne
20 g	grains de poivre noir
5 g	graines de coriandre
8 g	ail en poudre
2 g	gingembre en poudre

Rub

20 g	poivre noir en grains
2 g	poivre du Sichuan en grains
1 g	gingembre en poudre
1 g	feuilles thym fraîches

Ingrédients pour le sandwich au pastrami

	Fond pour les légumes fermentés en bocal
1 l	eau
50 g	sel
	gousse d'ail
1 bouquet	estragon

Suisse. Naturellement. SUISSE GARANTIE

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.

1 bouquet aneth

Légumes fermentés en bocal

1	poivron rouge
1	poivron vert pointu
1	carotte
1	carotte jaune
100 g	haricots verts blanchis
0.25	chou blanc
1	oignon rouge
1 cc	pois chiches crus
100 ml	vinaigre aux herbes
1	laurier
10	grains de poivre noir
1	clou de girofle

Fond pour le radis mariné

250 ml	vinaigre aux herbes
250 ml	eau

Radis mariné

250 g	grand radis
500 g	sucre
1	laurier
10	grains de poivre noir
1	clou de girofle

Tartinade au fromage frais

100 g	fromage frais
1 p. de c.	moutarde de Dijon
0.25 bouquet	ciboulette
1 pincée	sel
1 pincée	poivre noir du moulin

Oignons rôtis

1	oignon

200 g farine
1 cs paprika doux en poudre
500 ml huile de colza HOLL

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

1193 kcal
49 g de protéines
124 g de glucides
52 g de lipides

Contient du gluten

Contient du lactose

Préparation

Fabrication du pastrami

1

Le saumurage

Enlever la graisse sur le dessus et le dessous de la viande aussi soigneusement que possible («parer») – les parures peuvent être utilisées pour préparer des bouillons ou des sauces. Pour le pastrami, utiliser si possible un morceau de viande d'épaisseur uniforme.

2 Pour le mélange de saumurage, écraser les grains de poivre et les graines de coriandre et les mélanger avec les autres ingrédients.

3 Frotter la viande de tous les côtés avec le mélange de saumurage et la conserver sous vide dans un sachet ou enveloppée dans une feuille d'aluminium et lestée d'une assiette au réfrigérateur pendant environ 5 jours (selon l'épaisseur). Retourner la viande de temps en temps.

4

Le trempage

Après environ 5 jours, rincer soigneusement la viande sous l'eau courante et la faire tremper dans un récipient pendant 1 heure. Après une demi-heure, changer l'eau.

5 **Le rub**

Pour le rub, écraser les grains de poivre, le poivre du Sichouan et les graines de coriandre, hacher finement le thym et mélanger tous les ingrédients.

6 Sécher la viande trempée et la frotter avec le rub.

7 **Le fumage**

Placer la viande sur une plaque à égoutter au milieu du four préchauffé à 110° C.

8 Allumer les copeaux de fumage. Quand ils sont incandescents, les placer dans un récipient ignifuge, sous la viande, en les rallumant éventuellement pendant le processus de fumage.

9 Lorsque la viande a atteint une température à cœur de 68° C (après environ 2 heures), la retirer du four et la laisser refroidir à température ambiante.

10 Le pastrami est maintenant prêt à être mangé. Il est cependant conseillé d'emballer une nouvelle fois le morceau de viande refroidi sous vide et de le laisser reposer au réfrigérateur pendant 2 jours avant de le découper en tranches fines.

Préparation du sandwich au pastrami

1 Pour le sandwich au pastrami, utiliser un pain au levain et une tartinade au fromage frais avec un peu de moutarde de Dijon, des oignons frits et du radis mariné. Accompagner de légumes fermentés.

2 **Fond**

Porter à ébullition tous les ingrédients du fond dans une casserole, laisser refroidir et couvrir les légumes, coupés uniformément en fines lamelles et en tranches, avec le liquide. Laisser tirer à couvert et au réfrigérateur pendant env. 7 jours. Éviter à tout prix les récipients en acier inoxydable, car ils empêchent la fermentation due à la levure contenue dans les pois chiches.

3

Légumes fermentés

Laver le chou blanc, les carottes, les haricots verts, les poivrons rouges, le poivron vert pointu et les couper en morceaux égaux de la taille d'un pouce – ou alternativement en lanières. Peler l'oignon rouge et le couper comme les légumes. Couper les gousses d'ail en deux, ajouter l'aneth, l'estragon et faire fermenter le tout avec les légumes et les pois chiches crus dans un bocal dans une saumure composée d'eau, de vinaigre aux herbes, de laurier et de poivre pendant environ 5 jours à température ambiante.

4

Radis mariné

Peler le radis. Couper en fines lamelles à l'aide d'un économe. Placer dans un bocal, couvrir avec le fond et fermer. Laisser reposer pendant env. 1 journée. Le radis est ensuite prêt à être consommé. Le radis ajoute une note aigre-douce au sandwich.

5

Tartinade au fromage frais

Pour la tartinade, mélanger un peu de fromage frais avec de la ciboulette, de la moutarde, du sel et du poivre. Son goût ne doit pas être trop intense, car la viande apporte déjà du sel et du piquant. La tartinade empêche également le sandwich d'être trop sec.

6

Garnissage du sandwich

Pour les oignons frits, les couper en fines rondelles, les saupoudrer du mélange de farine et de paprika et les faire frire à environ 160° C jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

7

Tartiner deux tranches de pain de l'épaisseur d'un doigt avec la tartinade et les garnir d'env. 80 g de pastrami, de deux lamelles de radis mariné et d'oignons frits. Pour finir, faire griller le sandwich des deux côtés sur le gril et le servir avec des légumes fermentés en bocal.