



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.



La différe

Aspic de jambonneau de porc au yoghourt à la ciboulette



- Durée totale: 6 h 20 min



- Temps actif: 50 min



- Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

1.2 kg jambonneaux de porc suisse (salés, non cuits, de préférence avec la couenne)

1 oignon

1 feuille de laurier

2 clous de girofle

sel

poivre du moulin

2 cs vinaigre de vin blanc

1 carotte

1 céleri-branche

1 cs huile d'olive

150 g yoghourt nature

1 bouquet ciboulette

Valeurs nutritives

1 portion (sans le röstis ni le radicchio) contient env.:

- 471 kcal
- 66 g de protéines
- 4 g de glucides
- 21 g de lipides



Sans gluten



Contient du lactose

Conseil

Il est judicieux de commander les jambonneaux dans ta boucherie.

Préparation

1

Mettre les jambonneaux de porc dans une cocotte et couvrir à peine d'eau. Peler l'oignon, y piquer la feuille de laurier à l'aide des clous de girofle et mettre le tout dans la cocotte. Porter lentement à ébullition en écumant régulièrement. Faire cuire les jambonneaux de porc entre 2-2,5 heures, les sortir du bouillon et laisser refroidir quelques instants. Détacher ensuite la viande de l'os, en retirant gras et peau. Couper la viande en petits morceaux et réserver.

2

Dégraissier fortement le bouillon et assaisonner de sel, de poivre et de vinaigre.

3

Laver et parer les légumes, les couper en tout petits dés et les faire revenir à la poêle dans l'huile d'olive à feu doux pendant 3-4 minutes. Laisser refroidir les légumes, les mélanger à la viande, répartir la préparation dans de petits moules et verser du bouillon jusqu'à ras bord. Réserver au frais pendant 2-3 heures jusqu'à ce que le bouillon ait gélifié.

4

Saler et poivrer le yoghourt, couper finement la ciboulette et l'incorporer au yoghourt en mélangeant.

5

Plonger les petits moules jusqu'au bord dans de l'eau bien chaude, en extraire les aspics et servir avec le yoghourt.

Accompagner de röstis et de radicchio braisé.