



# Cuisiner sans gluten avec Cristynn de ma maison à la vôtre



## CATÉGORIE

Plats principaux

## QTÉ DE PERSONNES

4 personnes

## TEMPS PRÉPARATION

15 minutes

## TEMPS DE CUISSON

45 minutes

## TOTAL

1h00

## CARRÉ DE PORC MOUTARDE À L'ANCIENNE

Niveau de difficulté : facile

## INGRÉDIENTS :\*

Carré de porc d'environ 900g à 1 kg

3 petites gousses d'ail, pelées, coupées en lamelles

2-3 tiges de romarin frais

1/2 tasse ou plus de moutarde à l'ancienne

1/2 tasse de cassonade

2c. à soupe d'huile d'olive

4 c. à table de vin blanc

1c. à table de paprika ou de piment d'Espelette Facultatif

sel et poivre du moulin, au goût

\*Peut être fait au four également à 350F

*Bon Appétit*

Source pauseamicale.com

## MÉTHODE :

Étape 1 : Chauffer le barbecue à 450°F. Préparation pour la cuisson indirecte: un seul brûleur allumé

Étape 2 : Dans un petit bol, mélanger la moutarde, la cassonade ou le sucre d'érable, le paprika ou le piment d'Espelette\*, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Réserver.

Étape 3 : Faire plusieurs entailles partout dans le carré de porc et y insérer les lamelles d'ail et des morceaux de tiges de romarin. Ne pas oublier d'en incérer entre les os des côtes.

Étape 4 : Sur un papier d'aluminium placer le carré et badigeonner toute la surface du carré de porc de la moitié du mélange de moutarde. Conserver l'autre moitié du mélange de moutarde, ajouter le vin blanc

Étape 5 : Cuire à couvert, pendant environ 45 minutes sur le papier d'aluminium.

Pendant la cuisson badigeonner régulièrement avec le restant du mélange à la moutarde ancienne

Étape 6 : Laisser reposer 10 minutes avec papier d'aluminium sur le dessus.

## CONSEIL SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Le porc peut être rosé à l'intérieur mais l'extérieur de la viande doit être bien cuit.

Vérifier la température interne du porc qui doit être au moins de 65C