



Cuisiner sans gluten avec Cristynn de ma maison à la vôtre



CATEGORIE

Desserts

QTE DE PERSONNES

12 personnes

TEMPS PREPARATION

30 minutes

TEMPS DE CUISSON

35 minutes

TOTAL

1h05 minutes

CARRE DE PORC EN CROUTE MOUTARDE & FINES HERBES AVEC DÉLICIEUSE SAUCE CHAMPIGNONS

Niveau de difficulté : facile

INGRÉDIENTS :

1/4 tasse d'huile d'olive
1/4 tasse de moutarde ancienne
1/4 tasse de moutarde de Dijon
2 c. à soupe de thym frais haché finement
2 c. à soupe de romarin frais haché finement
2 c. à soupe de vin blanc
3 gousses d'ail, hachées finement
2 carrés de porc de 750g chacun
Poivre et sel du moulin

*Bon
Appétit*

Source : Le Coup de Grâce

SAUCE AUX CHAMPIGNONS

2 c. à soupe de beurre
2 c. à soupe d'huile d'olive
2x 227g de champignons blanc, tranchés
2 c. à soupe de thym frais haché finement
2 c. à soupe de rhum
3 c. à soupe de moutarde de Dijon
1 c. à soupe de moutarde ancienne
1 1/2 tasse de lait
1 c. à thé de fécule de maïs diluée dans 1 c. à soupe d'eau froide
Sel et poivre du moulin

MÉTHODE POUR LA VIANDE :

Étape 1 : Dans un bol, verser les ingrédients pour la marinade, saler et poivrer généreusement puis mélanger. Déposer le porc dans un plat hermétique et bien enrober avec le mélange. Masser pour faire pénétrer les saveurs. Refermer le plat et réserver au frigo pour 2 heures.

Étape 2 : Mettre sur une plaque avec papier d'aluminium sur BBQ et faire cuire jusqu'à température interne à 68C

Étape 3 : Retirer du BBQ et couvrir d'un papier aluminium et laisser reposer 10 minutes, trancher et servir

MÉTHODE POUR LA SAUCE :

Étape 1 : Dans une grande poêle chauffée à feu élevé, faire fondre le beurre avec l'huile d'olive.

Étape 2 : Ajouter les champignons et le thym, saler et poivrer puis mélanger.

Étape 3 : Cuire pendant 8 à 10 minutes en remuant pour faire sortir l'eau des champignons.

Étape 4 : Lorsque l'eau est tout évaporée, poursuivre la cuisson pendant 5 à 7 minutes, en ne remuant pas trop souvent, pour bien les dorer.

Étape 5 : Déglacer avec le rhum et à l'aide d'un briquet à BBQ, faire flamber l'alcool Réduire à sec en remuant.

Étape 6 : Réduire à feu moyen bas. Ajouter les moutardes, le lait, saler et poivrer puis mélanger.

Cuire 2 minutes en remuant.

Étape 7 : Ajouter le mélange de fécule de maïs et poursuivre la cuisson pendant 1 minute pour faire épaissir

Étape 8 : la sauce légèrement, ou plus longtemps selon vos goûts. La sauce peut épaissir rapidement

Étape 9 : Vous pouvez facilement la diluer avec un peu de lait si nécessaire.

Pour ma part j'ai servi le rôti avec petites patates grelots et asperges grillés sur BBQ