



Osso bucco de porc aux poivres



Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

INGRÉDIENTS

- 4 jarrets de porc AAA cuits 6 à 8h
- 650 grammes de pommes de terre d'Oka
- 140 grammes de bébés épinards
- 1 oignon d'Oka, en dés
- 30 grammes de demi-glace de bœuf
- 5 grammes de poivre couleur
- 100 ml de crème d'Agropur
- 60 g de beurre

INSTRUCTIONS

Écraser les grains de poivre avec une cuillère.

Dans une poêle, chauffer un filet d'huile d'olive à feu moyen-vif, assaisonner les jarrets avec du sel et une pincée de grains de poivre broyés, les griller 2 minutes par côté, ajouter à la mijoteuse. Ajouter la demi-glace, les grains de poivre restants, 1 tasse d'eau et cuire 6 à 8 heures, à faible intensité.

Retirer la viande, ajouter 3/4 de la crème au bouillon et mélanger. (Cette étape de 6 à 8 h sera faite pour vous dans notre cuisine et les jarrets vous seront livrés dans un plat. congelés).

Porter une casserole d'eau salée à ébullition, couper les pommes de terre en dés. Ajouter les pommes de terre à la casserole d'eau bouillante, cuire 12 minutes, jusqu'à tendreté, réserver 1 tasse d'eau de cuisson, égoutter et remettre dans la casserole. Y ajouter 2 c.à.s. de beurre et à l'aide d'une fourchette, écraser le mélange en ajoutant de l'eau de cuisson jusqu'à consistance désirée, saler et poivrer au goût. Transférer et réserver.

Dans une poêle, chauffer un filet d'huile d'olive à feu moyen, ajouter les oignons, cuire 2 minutes, ajouter les épinards et poursuivre 2 minutes. Ajouter la crème restante à la poêle, mélanger, saler, poivrer, transférer et réserver.

Monter les assiettes en répartissant les jarrets, la purée de pommes de terre, les épinards à la crème et verser la sauce au poivre sur les steaks.

TEMPS

20

RÉSULTAT

4

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES



700 calories

ACCOMPAGNEMENT

Purée de pomme de terre et épinards

À SE PROCURER

Huile d'olive, sel et poivre



bon appétit