



Chef  Thierry



Recette du chef **Thierry Deletrez**

À table :

Nombre de personnes : 4 personnes

Coût : peu dispendieux

Degré de difficulté : facile

En cuisine :

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 2 h 30

Temps de repos : 20 minutes

Effiloché de porc aux oignons caramélisés

Au marché :

1,2 kilo (2½ lb) d'épaule de porc

2 gousses d'ail épluchées

1 carotte épluchée et coupée en cubes

1 branche de céleri

1 feuille de laurier

1 branche de thym

4 gros oignons épluchés et émincés

250 ml (1 tasse) de demi-glace (au rayon congelé en épicerie)

30 ml (2 c. à soupe) de beurre non salé de la Laiterie de l'Outaouais

30 ml (2 c. à soupe) d'huile

Sel et poivre

La recette :

- Dans une plaque de cuisson avec des rebords hauts, mettre l'épaule de porc avec les gousses d'ails, la carotte, la branche de céleri, la feuille de laurier et la branche de thym.
- Ajouter de l'eau jusqu'à hauteur de la viande, saler et poivrer puis refermer le plat avec un papier d'aluminium.
- Mettre au four à 350° F (180° C) pendant 2 h 30 ou jusqu'à ce que la viande soit très tendre.
- Retirer la viande de son jus de cuisson et laisser tiédir.
- À l'aide de vos mains, effiloche la viande en petits morceaux en prenant soin de retirer le gras, puis réserver la viande dans un bol en inox.
- Dans une poêle, mettre le beurre et l'huile. Faire revenir les oignons à feu doux pendant 10 minutes. Quand les oignons ont bien sués, cuire à feu élevé afin de faire caraméliser les oignons.
- Ajouter la demi-glace dans les oignons et faire cuire à feu doux jusqu'à ce que la demi-glace est réduite de moitié.
- Mélanger les oignons et la viande de porc. Effiloche avec vos mains afin d'obtenir un mélange homogène.

Astuce du chef :

Parfait en version poutine, avec une purée de pommes de terre ou encore dans un sandwich chaud, l'effiloché de porc est un mets très à la mode en ce moment, peu dispendieux, facile à faire, il plaira à toute votre famille et est congelable!