



Rôti de Porc au Cumin et Miel, cuisson basse température



Suggestion de présentation

Pour 4 personnes:

1 rôti de porc de 800 g (filet ou échine)
1 goutte d'huile
1/2 oignon
1 petite carotte
1 tablette de jus de viande
sel, poivre du moulin, cumin, miel liquide

Assaisonner le rôti de sel, poivre et cumin

Le badigeonner de miel de part et d'autre. Dans une poêle chaude avec une goutte d'huile, le saisir sur toutes les faces.

Retirer le rôti (réserver la poêle) le déposer dans le plat à rôtir. Passer dans la même poêle la mirepoix (carotte, oignon) et l'ajouter au rôti;

mettre tout ce petit monde dans le four chaud à 90°C, pendant 3 h même principe que pour le rôti de boeuf.

Vérifier la cuisson du rôti à l'aide d'une thermosonde pour atteindre à coeur la température de 72°C. Trancher en tranches fines

sur le plat de service, couvrir d'un papier aluminium et maintenir au chaud au four à 60°C.

Ajouter le jus du rôti qui s'échappe au plat de cuisson.

Ajouter dans la poêle 2 cs de miel, laisser caraméliser.

Verser le jus du plat de cuisson et le jus de viande, réduire si nécessaire.

Passer la sauce dans une passette étamine, rectifier l'assaisonnement.