

Porc effiloché, préparé à cuisson lente

Vous allez adorer cette recette de porc effiloché, un délicieux plat tout-en-un qui est très facile à faire. Une fois préparé, le porc juteux et tendre est parfait pour des sandwiches ou des tacos. Essayez notre brioche sans pétrissage avec du porc effiloché.

Rendement : environ six à huit portions.

Timing : environ 15 minutes de préparation et 10-11 heures dans la chambre de pousse et mijoteuse pliante. Si possible, tournez le soc de porc à mi-cuisson.

Ingrédients	Unité É.-U.	Grammes	Onces
Soc de porc (ou épaule de porc)	3-3½ lb	1360-1580	56
Paprika fumé	3 c. à soupe	36	1,3
Sel	1 c. à soupe	24	0,6
Poivre noir	2 c. à café	6	0,2
Poivre de Cayenne	¼ c. à café	0,5	0,02
Cassonade	1 c. à café	5	0,2
Cumin moulu (facultatif)	¾ c. à café	1,2	0,04
Miel	½ tasse	170	6
Vinaigre de vin rouge	¼ tasse	56	2
Huile d'olive	¼ tasse	56	2
Gousses d'ail, tranchées finement	3	15	0,5
Oignon, gros	1	340	12

Équipements : chambre de pousse et mijoteuse pliante de Brød & Taylor ainsi qu'une casserole en métal de 6 quarts/litres avec couvercle et petites poignées et d'une hauteur de moins de 8" / 20 cm incluant le couvercle. La hauteur totale de moins de 8" / 20 cm permettra à la casserole d'être placée au centre de la mijoteuse pendant la cuisson lente.

Note : les modèles originaux de la chambre de pousse et mijoteuse pliante (FP-101 et FP-201) peuvent également être utilisés. Réglez la mijoteuse à 120 °F / 49 °C et placez la casserole en métal directement sur la plaque de base de la mijoteuse. Suivez la recette et vérifiez la température interne du porc après 6 heures. La température interne de la viande doit être d'au moins 195 °F / 90 °C pour un porc tendre.

Préparation. Retirez le récipient à eau et la grille de la mijoteuse. Sélectionnez le mode de la mijoteuse et réglez la température à 195 °F / 90 °C.

Mélange des épices et du miel. Mélangez le paprika fumé, le sel, le poivre noir, le poivre de Cayenne, le cumin et la cassonade dans un petit bol. Ensuite ajoutez aux épices le miel, le vinaigre de vin rouge et l'huile d'olive. Mélangez jusqu'à consistance homogène. Ajoutez les tranches d'ail en les incorporant délicatement, juste assez pour les enrober.

Préparation de la casserole. Coupez l'oignon en tranches épaisses et mettez-les au fond de votre casserole. Coupez le soc de porc en deux et placez chaque morceau sur les tranches d'oignon. Étalez le mélange d'épices et miel sur les morceaux de porc et posez le couvercle sur la casserole.



Cuisson lente avec le couvercle fermé. Couvrez la casserole et placez-la délicatement au centre de la plaque chauffante en aluminium de la mijoteuse, ensuite fermez le couvercle de la mijoteuse et laissez le porc cuire pendant 10-11 heures. A mi-cuisson, vous pouvez retourner les morceaux de porc. Après 10 heures, vérifiez la température intérieure de la viande avec le thermomètre. Nous vous recommandons une température de 190-200 °F / 88-93 °C pour un porc tendre et juteux qui peut être facilement effiloché.

Conseil : placez la casserole délicatement au centre de la base de la mijoteuse et évitez de la faire glisser afin de ne pas égratigner la surface en aluminium sur la base de la mijoteuse. Les égratignures n'endommageront pas le fonctionnement de la mijoteuse, mais son apparence. Mettez une feuille de papier d'aluminium sur la plaque de base de la mijoteuse et vous la protégerez aussi de tout débordement.