

Porc

Travers de porc caramélisé, purée de patates douces



1h 15 min 45 min 0 856

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la purée

- 1 Éplucher les patates douces et la pomme de terre à l'aide d'un éplucheur.
- 2 Tailler la pomme de terre et les patates douces en cubes à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver dans un saladier.
- 3 Remplir une casserole d'eau froide, verser les cubes de pommes de terre et de patates douces.
- 4 Saler avec du gros sel puis porter à ébullition sur feu vif.
- 5 A ébullition, baisser sur feu moyen et laisser cuire 15 minutes.
- 6 Pour vérifier la cuisson, planter la pointe d'un couteau dans un cube de patate douce, celle-ci doit pénétrer sans résistance.
- 7 Égoutter ensuite les légumes dans une passoire.
- 8 Remettre les légumes dans la casserole, faire chauffer sur feu moyen.
- 9 A l'aide d'un fouet, écraser et mélanger les morceaux de pommes de terre et de patates douces.
Ajouter du beurre coupé en dés, poivrer puis mélanger.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le travers de porc et la purée

800 g **Travers de porc**
200 g **Miel**
0.5 litre(s) **Jus de veau**
20 g **Beurre**
2 c. à soupe **Huile
d'arachide**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la purée de patates douces

1.2 kg **Patate(s) douce(s)**
1 **Pomme(s) de terre**
20 g **Beurre**
1 **Gros sel**

Ingrédients pour le dressage

1 **Persil plat**

- 10 Réserver au chaud.

Étape 2

Préparation du travers de porc

- 1 Avec un couteau éminceur, portionner le travers de porc en le coupant entre les côtes.
- 2 Plonger la viande dans une casserole d'eau froide, saler. Porter à ébullition et compter 5 minutes avant de la débarrasser.
- 3 Faire chauffer une poêle sur feu moyen avec de l'huile d'arachide et du beurre.
- 4 Lorsque le beurre mousse, déposer les travers de porc dans la poêle. Les faire colorer des deux côtés.
- 5 A l'aide d'une cuillère à soupe, arroser la viande avec le beurre fondu.
- 6 Déposer la viande à la verticale afin de colorer toutes ses faces.
- 7 Lorsque la viande est bien colorée, verser le miel dessus, faire caraméliser. Mettre sur feu doux.
- 8 Arroser les travers de porc avec le jus de cuisson pour faire caraméliser la viande.
- 9 Lorsque la viande et le miel obtiennent une belle couleur brune, verser le jus de veau.
- 10 Augmenter sur feu vif et faire réduire le jus afin qu'il obtienne une consistance sirupeuse. Arroser sans cesse la viande.
- 11 Lorsque la sauce est épaisse et nappe la viande, ôter la poêle de la plaque.

Étape 3

Dressage

- 1 Placer un emporte-pièce dans une assiette et déposer la purée dedans. Égaliser à l'aide d'une cuillère et ôter l'emporte-pièce.
- 2 Dresser le travers de porc, napper de sauce et décorer avec du persil plat. Assaisonner de poivre et servir.