

# OSSO BUCO AU BACON, AUX DATTES & AUX OIGNONS PERLÉS

NIVEAU DE  
DIFFICULTÉ



## VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

634  
CALORIES

50 g  
PROTÉINES

66 g  
GLUCIDES

19 g  
MATIÈRES GRASSES

40  
minutes  
PRÉPARATION

2 heures  
CUISSON

4  
PORTIONS

## COUPES



Bacon



Jambonneau  
jarret  
arrière ou  
osso buco

## INGRÉDIENTS

8	Tranches de jarrets de porc du Québec de 5 cm (2 po) d'épaisseur sans la couenne	8
4	Tranches de bacon du Québec, émincés	4
4 à 6	Panais, pelés et coupés en rondelles de 1 cm (1/2 po) d'épaisseur	4 à 6
1/2 tasse	Farine	125 ml
2 tasses	Oignons perlés, pelés	500 ml
2	Échalotes françaises, émincées	2
8	Dattes Medjool, émincées	8
2	Gousses d'ail, hachées	2
1 c. à table	Pâte de tomate	15 ml
1/3 tasse	Vinaigre balsamique	80 ml
2 tasses	Bouillon de boeuf	500 ml
3	Branches de thym	3
1	Feuille de Laurier	1
Au goût	Sel et poivre du moulin	Au goût

## PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 170°C (325°F).
2. Dans un grand plat allant au four, déposer les rondelles de panais en une seule couche. Saler et poivrer. Réserver.
3. Dans une grande poêle, à feu vif, dorer le bacon environ 10 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Réserver sur une assiette. Conserver le gras dans la poêle.
4. Dans un plat, saler et poivrer les tranches de jarrets. Les fariner et secouer pour en retirer l'excédent.
5. Dans la grande poêle utilisée pour le bacon, dorer les jarrets de chaque côté de 2 à 3 minutes. Déposer les jarrets sur les rondelles de panais. Réserver.
6. Dans la même poêle, à feu moyen-élevé, faire revenir les oignons, les dattes, les échalotes et l'ail environ 2 minutes. Incorporer la pâte de tomates. Déglacer avec le vinaigre balsamique et ajouter le bouillon. Saler et poivrer.
7. Verser le mélange sur les tranches de jarret et ajouter les herbes. Couvrir et cuire au four de 1 30 à 2 heures ou jusqu'à ce que la viande soit tendre. Servir et parsemer de bacon.