

OSSO BUCO DE PORC CLASSIQUE

30
minutes
PRÉPARATION

2 heures
CUISSON

6 à 8
PORTIONS

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Servir l'osso buco sur des nouilles aux œufs au beurre et au persil. Parsemer de gremolata.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

360
CALORIES

32 g
PROTÉINES

14 g
GLUCIDES

17 g
MATIÈRES GRASSES

COUPES



Jambonneau
jarret
arrière ou
osso buco

INGRÉDIENTS

8 tranches	Jarrets de porc du Québec	8 tranches
1/2 tasse	Farine	125 ml
3 c. à table	Huile d'olive	45 ml
2	Carottes, coupées en dés	2
2	Branches de céleri en feuilles, coupées en dés	2
1	Oignon, coupé de dés	1
2	Gousses d'ail, hachées	2
2 c. à table	Pâte de tomates	30 ml
1/2 tasse	Vin rouge	125 ml
1 1/2 tasse	Bouillon de boeuf	375 ml
2	Branches de thym	2
1	Feuille de laurier	1
Au goût	Sel et poivre du moulin	Au goût

GREMOLATA

2 c. à table	Zeste de citron, râpé finement	30 ml
1/4 tasse	Persil, haché finement	60 ml
1	Gousse d'ail, hachée finement	1

PRÉPARATION

1. Préparer l'osso buco. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 160 °C (325 °F).
2. Dans un plat, saler, poivrer et fariner légèrement les tranches de jarrets de porc.
3. Dans une grande poêle, à feu moyen-vif, chauffer la moitié de l'huile et y dorer la viande de chaque côté. Transférer dans un plat allant au four.
4. Dans la même poêle, ajouter le reste de l'huile et faire revenir les légumes et l'ail de 1 à 2 minutes. Ajouter la pâte de tomates et poursuivre la cuisson 1 minute. Déglacer au vin rouge et laisser mijoter environ 2 minutes. Saler et poivrer. Verser sur les jarrets.
5. Ajouter le bouillon de bœuf et les herbes. Couvrir et cuire au four de 1 30 à 2 heures ou jusqu'à ce que la viande soit tendre. Rectifier l'assaisonnement.
6. Préparer la gremolata. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients de la gremolata. Réserver au réfrigérateur au besoin.