

metro



Rôti de porc à l'orange, sauce aux canneberges

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote



Sans Gluten



Sans Lactose

12 PORTIONS | 1:30 PRÉPARATION | 1:30 CUISSON | 15:00 TEMPS TOTAL

Ingrédients

170 ml Vinaigre de cidre
(2/3 tasse)

Jus et zeste de 4 oranges

60 ml Miel liquide
(1/4 tasse)

3 Gousses d'ail, hachées finement

2 kg Longe de porc désossée
(4 1/2 lb)

125 ml Miel liquide
(1/2 tasse)

750 ml Demi-glace commerciale, reconstituée
(3 tasses)

500 ml Canneberges fraîches ou congelées
(2 tasses)

Au goût, sel et poivre noir

Préparation

Dans un bol en verre peu profond, mélanger, à l'aide d'un fouet, le vinaigre, le jus et le zeste d'orange, le miel et l'ail. Disposer le porc et bien l'enrober. Couvrir d'une pellicule de plastique et laisser mariner au réfrigérateur pendant 12 heures. Retourner le porc de temps en temps.

Préchauffer le four à 205 °C (400 °F) Retirer le porc de la marinade et réserver la marinade.

Après avoir bien épongé le porc, le mettre dans une lèchefrite et poivrer. Cuire au four à 205 °C (400 °F) de 15 à 20 minutes. Réduire la température à 160 °C (325 °F) et poursuivre la cuisson de 1 à 1 1/4 heure.

Retirer le porc de la lèchefrite et le réserver au chaud. Ajouter dans la lèchefrite la marinade réservée. Porter à ébullition et cuire à feu moyen pendant 20 minutes en raclant le fond pour en détacher les particules.

Ajouter le reste du miel et la demi-glace reconstituée. Faire réduire à feu doux pendant 5 minutes.

Verser la préparation dans une petite casserole et laisser réduire de nouveau pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait épaissi et nappe le dos d'une cuillère.

Ajouter les canneberges et cuire 5 minutes ou jusqu'à ce qu'elles éclatent. Rectifier l'assaisonnement.

Au moment de servir, couper le porc en minces tranches et servir nappé de la sauce aux canneberges.

Source : Metro

Accords vins et mets



Fruité et léger

Ces vins légers se reconnaissent à leurs arômes simples de fruits, leur sensation de fraîcheur et leur structure peu imposante. Ils doivent être consommés dans leur jeunesse.

© Société des alcools du Québec, 2007

Accords bières et mets



Fruitée et onctueuse

Appréciée pour son exotisme. Une bière au corps moyen avec des accents fruités et épicés qui offre une finale douce et un goût moyennement sucré.

Mentions légales

Recettes sans gluten

Assurez-vous de n'utiliser que des céréales, farines et féculés certifiées sans gluten et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Metro Richelieu inc., ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
