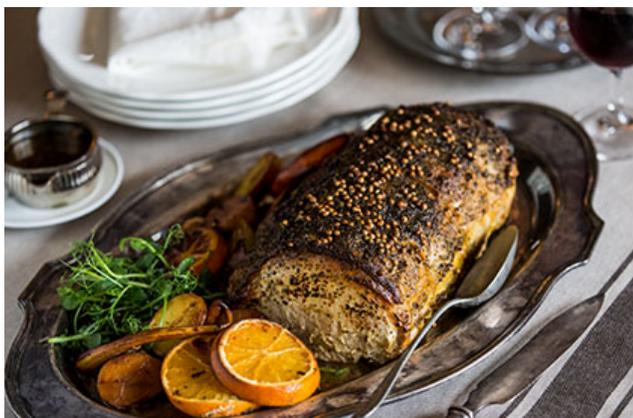


RÔTI DE PORC, SAUCE ORANGE-DIJON

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



SUGGESTION D'ACCOMPAGNEMENT

Accompagner de haricots verts garnis d'une noisette de beurre et de jus de citron.

VARIANTES POUR LA CUISSON

Pour une viande médium, quand le thermomètre de cuisson dans la viande, atteint 65 °C (149 °F), sortir la viande, gardez le thermomètre dans la viande. Couvrir d'un papier d'aluminium et laisser reposer jusqu'à ce que le thermomètre indique 67 °C (153 °F), soit environ 15 minutes.

Pour une viande bien cuite, quand le thermomètre de cuisson dans la viande, atteint 70 °C (158 °F), sortir la viande, garder le thermomètre dans la viande. Couvrir d'un papier d'aluminium et laisser reposer jusqu'à ce que le thermomètre indique 72 °C (162 °F), soit environ 15 minutes.

VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

315
CALORIES

38 g
PROTÉINES

6 g
GLUCIDES

14 g
MATIÈRES GRASSES

20
minutes
PRÉPARATION

50 à 70
minutes
CUISSON

4 à 6
PORTIONS

COUPES



INGRÉDIENTS

1, de 2 lb	Rôti de fesse de porc du Québec désossé	1, de 1 kg
2 c. à table	Beurre ramolli	30 ml
1 c. à table	Herbes de Provence	15 ml
2 c. à thé	Graines de coriandre, concassées	10 ml
Au goût	Sel et poivre du moulin	Au goût
1 1/2 tasse	Bouillon de volaille (ou de légumes)	375 ml

SAUCE

1/2 tasse	Jus d'orange	125 ml
1 c. à table	Moutarde de Dijon	15 ml
1 c. à thé	Zeste d'orange	5 ml
1/2 c. à thé	Romarin séché	2,5 ml
2 c. à thé	Fécule de maïs, délayée dans un peu d'eau	10 ml

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four, la grille au centre à 200 °C (400 °F).
2. Dans un bol, mélanger le beurre, les herbes de Provence, la coriandre, le sel et le poivre, au goût.
3. Enrober le rôti du mélange préparé.
4. Dans une rôtissoire, déposer le rôti et ajouter dans le fond, le bouillon.
5. Laisser cuire au four entre 50 et 70 minutes selon la cuisson désirée.
6. Pour une viande rosée, quand le thermomètre de cuisson dans la viande, atteint 61 °C (142 °F), sortir la viande, garder le thermomètre dans la viande. Couvrir d'un papier d'aluminium et laisser reposer jusqu'à ce que le thermomètre indique 63 °C (145 °F), soit environ 15 minutes.
7. Pendant ce temps, dans une poêle, porter à ébullition le jus d'orange, puis incorporer la moutarde de Dijon, le zeste d'orange, le romarin et laisser réduire du tiers.
8. Incorporer la fécule délayée et laisser épaissir à feu doux.
9. Trancher le rôti et servir la sauce sur les tranches.