



## Cretons maison

La consistance (comme une tartinade) est meilleure que ma recette cuite sur le poêle !

Dans une poêle :

- 1 petit onion haché
- 1 gousse d'ail émincée
- 1/2 c. à soupe d'huile d'olive

Faire sauter une minute

Mélanger :

- Oignon et ail cuits
- 1 lb de porc haché maigre
- 1 tasse de miettes de pain séché, écrasées
- 1/2 tasse de bouillon de poulet
- 1 1/2 tasse de lait 2%
- 1 c. à soupe d'assaisonnement à creton salé

— Vous pouvez utiliser les épices maison de votre recette habituelle, sel et poivre. —



Verser le mélange dans un plat qui fait à l'intérieur de la cuve intérieur du Instant Pot (j'ai utilisé le moule à gâteau Instant Pot) et recouvrir de papier aluminium.

Mettre la grille de cuisson et 1 tasse d'eau dans le fond.

Déposer le moule avec le mélange de creton sur la grille.

Fermer le couvercle et cuire en mode manual/pressure cook , 8 minutes, high pressure.

Laisser la pression descendre naturellement (NR).

Ouvrir le couvercle et retirer le moule avec des pinces.

Passer au pied-mélangeur.

Mettre dans des contenants propres et réfrigérer. Se congèle bien.

Louise Paulin