



## Effiloché de porc barbecue à l'autocuiseur

**Préparation** 10 MIN

**Cuisson** 1 H

**Portions** 8

### Ingrédients

- 180 ml (3/4 tasse) de ketchup
- 60 ml (1/4 tasse) de vinaigre de cidre
- 55 g (1/4 tasse) de cassonade
- 30 ml (2 c. à soupe) de moutarde de Dijon
- 30 ml (2 c. à soupe) de sauce Worcestershire
- 30 ml (2 c. à soupe) de assaisonnement au chili
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre d'oignon
- 5 ml (1 c. à thé) sauce Tabasco
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de poudre d'ail
- 1 rôti de 1,6 kg (3 1/2 lb) d'épaule de porc désossée et sans la couenne, coupée en 8 morceaux

### Préparation

1. Dans le récipient de l'autocuiseur, mélanger tous les ingrédients sauf la viande.
2. Ajouter la viande et bien l'enrober de la sauce. Saler et poivrer. Couvrir et sélectionner la fonction viande. Régler le temps de cuisson à 40 minutes.
3. Laisser dépressuriser naturellement au moins 15 minutes. Une fois l'appareil dépressurisé, retirer le couvercle. Retirer la viande de l'autocuiseur. À l'aide d'une fourchette, effiloche la viande en prenant soin de retirer le gras.
4. Entre-temps, sélectionner la fonction sauté et réduire le jus de cuisson de moitié, soit de 10 à 20 minutes pour obtenir une sauce sirupeuse (voir note). Ajouter à la viande et bien mélanger pour enrober de la sauce. Rectifier l'assaisonnement. Servir avec du pain de maïs, de la polenta ou en burgers.

Effiloché de porc barbecue à l'autocuiseur



**Note**

Vous pourriez également servir la viande avec un peu de jus de cuisson, sans le faire réduire.