



Filet de porc à la cassonade et au sirop d'érable

- 2 filets de porc d'une 1 livre chaque
- 1 gousse d'ail
- 4 c. à table de moutarde de dijon ou à l'ancienne
- 2 c. à table de miel
- 2 c à table de sucre brun
- 1 c. à table de vinaigre de cidre ou de vinaigre balsamique
- 1/2 c. à thé de thym
- 1 c. à table de sirop d'érable
- 1 tasse de bouillon de poulet
- 1 c. à table de fécule de maïs et 1 c. à table d'eau



Parer les filets de porc, les saler et les poivrer.

Ajouter l'ail, la moutarde, le miel, le sucre brun, le vinaigre, le thym, le sirop d'érable, le bouillon. Bien mélanger et fermer le couvercle. Cuire 6-8 min. (selon la grosseur, cuisson rosé) sur MANUAL/PRESSURE COOK, High.

À la fin de la cuisson laisser la pression descendre naturellement pendant 5 min. Et ensuite libérer la pression rapidement.

Retirer le filet et le placer dans une feuille de papier d'aluminium.

Remettre sur « sauté », laisser bouillonner une dizaine de minutes ou jusqu'à ce que le liquide diminue du tiers.

Mélanger la fécule et l'eau et ajouter au liquide de cuisson, laisser cuire 1 minute ou jusqu'à ce que le liquide épaississe.

Traduit de :

<https://www.whatscookinchicago.com/2017/03/instant-pot-maple-brown-sugar-pork.html>

Recette et photo du haut de Christine Kurello