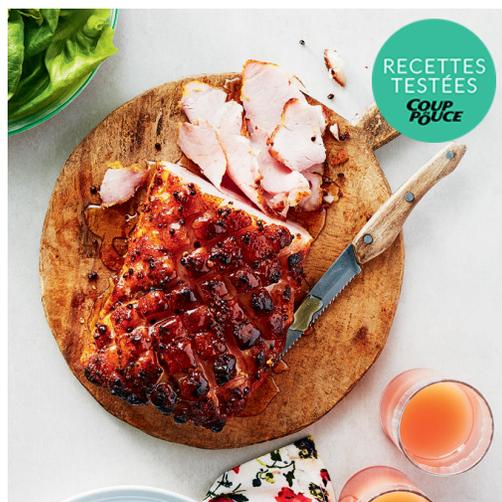




Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de privilèges!

Votre courriel

Je m'inscris!



## Jambon glacé au bourbon et au poivre rose

Par Coup de Pouce

**COUP  
POUCE**

On surprend nos invités avec ce jambon aux saveurs originales !

### INGRÉDIENTS

- 3 lb de rôti de jambon désossé (noix de ronde, soc de porc roulé ou bacon de dos)
- 3 cuillères à table d' eau
- 3 cuillères à table de grains de poivre rose écrasés
- 3 cuillères à table de bourbon ou rhum brun
- 2 cuillères à table de miel liquide
- 1 cuillère à table de moutarde de Dijon

Préparation	15 minutes
Cuisson	1 heure & 20 minutes
Portion(s)	10 portions

### VALEURS NUTRITIVES

#### Par portion

Sodium	1500 mg
Protéines	26 g
Calories	200
Total gras	9 g
Cholestérol	70 mg
Gras saturés	3 g
Total glucides	3 g

### PRÉPARATION

- Dans un petit plat de cuisson tapissé de papier d'aluminium ou de papier parchemin, déposer le jambon, le côté gras vers le haut. À l'aide d'un couteau aiguisé, pratiquer des incisions de 1/2 po (1 cm) de profondeur sur toute la surface du jambon en formant des losanges. Verser l'eau dans le plat.
- Dans un petit bol, mélanger le poivre rose, le bourbon, 1 c. à tab (15 ml) du miel et la moutarde. À l'aide d'un pinceau, badigeonner toute la surface du jambon de ce mélange. (Le jambon se conservera jusqu'à 12 heures au réfrigérateur.)
- Couvrir le plat de papier d'aluminium. Cuire le jambon au four préchauffé à 325 °F (160 °C) pendant 45 minutes. Retirer le papier d'aluminium et badigeonner le jambon du jus de cuisson. Poursuivre la cuisson de 25 à 35 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre inséré dans la partie la plus

épaisse du jambon indique 140 °F (60 °C). Retirer le jambon du four et l'arroser du reste du miel. Laisser reposer 10 minutes avant de le couper en tranches.

### **Dans notre assiette**

Pour accompagner ce délicieux jambon, rien de mieux que des petits légumes braisés. Tellement faciles à faire, ils cuisent au four en même temps! Il suffit de mélanger dans une grosse cocotte les légumes de son choix, coupés en cubes ou en morceaux de la même épaisseur. Puis on arrose de bouillon, on ajoute quelques aromates (brins de thym, feuilles de laurier, grains de poivre), on couvre la cocotte et on enfourne à côté du jambon.