

## Poitrine de porc à l'étouffée et bao buns | Pickles de légumes et mayonnaise à l'ail

---



## Poitrine de porc à l'étouffée et bao buns

Pour 8 personnes / pièce

PRÉPARATION: env. 50 min

MARINADE: 24 heures

CUISSON À L'ÉTOUFFÉE: 11/2 heures

Panier vapeur en bambou

Papier cuisson, 12 morceaux de 15 x 15 cm

### LA POITRINE DE PORC

- 1 kg de poitrine de porc, avec la couenne entaillée en croix
- 1 cs de gingembre haché finement
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 1 cc d'huile pimentée
- 2 cc d'huile de sésame grillé
- 1 cc de miel
- 2 cc de sauce soja japonaise
- Sel des Alpes, poivre
- huile d'arachide
- 5 champignons shiitake séchés, mis à tremper dans env. 1 dl d'eau bouillante
- 0,5 dl de saké
- 1 dl de sauce soja japonaise
- 2 cs de mirin (vin de riz doux)
- 2 oignons de printemps rondelles
- 1 bouquet de coriandre, effeuillé
- 100 g de noix de cajou rôties, hachées grossièrement

### LES BAO BUNS

- 350 g de farine
- 10 g de levure
- 1 3/4 dl d'eau
- 1 cs de miel
- 2 cs d'huile de colza
- 1 cc de Sel des Alpes

**POITRINE DE PORC** Mélanger le gingembre et tous les ingrédients jusqu'au sel et au poivre, et frotter la poitrine de porc. Faire mariner 24 heures au réfrigérateur sous vide ou à couvert. Sortir du réfrigérateur 1 heure avant la cuisson. Faire chauffer l'huile dans une cocotte et saisir la poitrine de porc sur toutes ses faces.

Égoutter les champignons, récupérer l'eau de trempage et déglacer la viande avec ce liquide. Ajouter les champignons ainsi que le reste des ingrédients jusqu'aux oignons de printemps inclus. Couvrir, et cuire la viande environ 1 heure à l'étouffée, à 160° C, en la retournant deux fois. Pour la croûte, découvrir la viande pendant la dernière demi-heure de cuisson. Dès que la température à cœur atteint 70° C, retirer la viande du feu et la laisser reposer 15 minutes à couvert. Couper en fines tranches.

**BAO BUNS** Mélanger tous les ingrédients jusqu'au sel inclus dans un bol. Pétrir 10 minutes pour obtenir une pâte souple, laisser lever à couvert et à température ambiante pendant environ 2 heures. La pâte doit doubler de volume. Répartir la pâte en 6 portions, former des boules. Sur une surface farinée, abaisser la pâte dans le sens de la longueur jusqu'à une épaisseur d'environ 5 mm. Placer du papier cuisson sur la moitié de la pâte, rabattre le reste par-dessus.

**CUISSON VAPEUR** placer le panier vapeur dans une casserole large. Versez de l'eau pour arriver juste sous le bord du panier. Répartir les pâtons dans le panier avec le reste du papier cuisson. Cuire 12 à 15 minutes à couvert. Ne jamais soulever le couvercle!

**FARCE** Enduire les baos de mayonnaise, les garnir de pickles et de viande, parsemer de noix de cajou rôties et de coriandre.

**USP** La fonction de cuisson professionnelle LEVAGE se prête formidablement à toutes les préparations à base de levure. Elle permet de créer le climat parfait (humidité et température) dans la chambre de cuisson.

## **Pickles de légumes et mayonnaise à l'ail**

PRÉPARATION: env. 20 min

Laisser reposer 1 semaine

### **LES PICKLES**

- 250 g de carottes, en fins bâtonnets
- 150 g de germes de soja, frais
- 100 g de concombre, en fines rondelles 1 piment
- 250 g d'eau 125 g de vinaigre de riz
- 75 g de sucre brun
- 7 g de Sel des Alpes
- 1 morceau de gingembre de 2 cm de long, en fines tranches

### **LA MAYONNAISE À L'AIL**

- 2 jaunes d'œufs frais
- 1 cs de vinaigre
- 1-1,5 dl d'huile de colza ou de tournesol
- 1 filet de jus de citron
- 1 pincée de Sel des Alpes
- 3 cs de crème fraîche 1 gousse d'ail, hachée finement

**PICKLES** Placer tous les ingrédients jusqu'au piment inclus dans un bocal. Faire bouillir l'eau avec tous les ingrédients jusqu'au gingembre inclus. Verser sur les légumes, fermer hermétiquement le bocal. Laisser infuser une semaine au réfrigérateur.

**MAYONNAISE** Sortir tous les ingrédients (sauf la crème fraîche) du réfrigérateur au moins 30 minutes à l'avance. Ils doivent être à température ambiante, faute de quoi la mayonnaise se déphasera. Verser les jaunes d'œufs et le vinaigre dans un saladier pas trop grand. Bien mélanger avec le fouet. Incorporer l'huile goutte à goutte jusqu'à ce que la mayonnaise ait une consistance crémeuse et brille. Saler et assaisonner avec du jus de citron. Incorporer la crème fraîche et l'ail lentement et avec beaucoup de précaution.