

BOULETTE DE PORC

aux noix de cajou

RECETTE POUR 10 PERSONNES

ÉLÉMENTS DE BASE

Echine de porc	1 kg
Quasi de veau	0.200 kg
Oignon	2 pièces
Ail	2 gousses
Noix de cajou	0.200 kg
Saté	2 c à soupe
Miel	4 c à soupe
Sauce soja	0.05 litre
Coriandre	¼ botte

PANURE

Farine	0.300 kg
Œufs	5 pièces
Huile	0.10 litre
Chapelure	0.400 kg

SAUCE

Sauce soja	0.20 litre
Miel	4 c à soupe
Noix de cajou	0.150 kg
Sathé	1 c à café
Ciboulette	½ botte

GARNITURE D'ACCOMPAGNEMENT

Oignons rouges	2 pièces
Poivrons rouges	2 pièces
Courgettes	2 pièces
Lentins de chènes	0.150 kg
Pack choy	1 pièce
Coriandre	¼ botte
Huile d'olive	0.15 litre
Saté	QS

PROGRESSION

1. Passer l'échine et le quasi de veau au hachoir, concasser grossièrement les noix de cajou.

2. Dans un sautoir faire suer les oignons finement ciselés, l'ail et les noix de cajou, ajouter le miel laisser légèrement caraméliser, puis ajouter la sauce soja et laisser réduire pour obtenir une sauce sirupeuse, laisser refroidir.

3. Confectionner les boulettes de viande, ajouter la sauce froide à la viande, puis la coriandre et le sathé, rectifier l'assaisonnement. Former des boulettes, puis les passer dans la farine, dans l'anglaise et pour finir, dans la chapelure.

4. Colorer les boulettes dans une poêle avec un peu d'huile, placer les boulettes dans un plat et mettre au four une vingtaine de minutes à 180°C.

5. Préparer la sauce d'accompagnement dans une petite casserole, faire réduire la sauce soja et le miel, puis ajouter le sathé et les noix de cajou, finir avec la ciboulette juste avant de servir.

6. Eplucher et tailler tous les légumes, puis les faire mariner dans l'huile d'olive.

7. Au dernier moment les faire cuire à la plancha, assaisonner et servir le tout harmonieusement avec la viande et la sauce en assiette creuse.