



Jarret de porc à la cannelle libertine et fruits d'Adam et Eve

Pour 4 personnes :
Temps de préparation : 40 minutes
Temps de cuisson : 3 heures et 30 minutes

Ingrédients :
2 jarrets de porc
2 pommes Golden
1 gros bouquet garni (thym + laurier + persil)
40 g de raisins secs
2 cuillères à soupe de miel
1 cuillère à soupe de sucre cassonade
1 cuillère à soupe de cannelle
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
20 g de beurre
Sel et poivre du moulin

Valeur énergétique : 418 kcal/personne, 1 748 kJ/personne

Mettez les jarrets dans une grande cocotte avec le bouquet garni, du sel et du poivre. Couvrez d'eau, portez à ébullition, écumez la surface et laissez cuire 3 h à petits frémissements. Sortez les jarrets, laissez-les refroidir, puis désossez-les délicatement. Faites tremper les raisins dans un bol d'eau tiède. Epluchez les pommes, formez des billes à l'aide d'une cuillère à bille. Préchauffez le four thermostat 6/7 (180-210°C). Mettez les jarrets désossés dans un plat à rôtir, couvrez-les de miel et saupoudrez la moitié de la cannelle. Ajoutez l'huile d'olive et 1/2 verre d'eau, puis faites rôtir les jarrets 20 à 30 min, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et caramélisés. Pendant ce temps, dans une poêle, faites dorer les billes de pomme dans le beurre, puis ajoutez le reste de cannelle et la cassonade. Laissez légèrement caraméliser, ajoutez les raisins secs. Servez aussitôt.

Astuce du chef :

Le jarret de porc rôti apprécie particulièrement les alliances sucrées-salées. Pour en prendre plein les mirettes et les papilles, créez un cocktail vitaminé de billes de fruits : ananas, melon vert, jaune? parfumées de menthe fraîche ciselée.

Conseil du sommelier* :

Le porc rôti, associé à la cannelle, réclame un vin gourmand avec une belle sucrosité, chaud et riche, comme les Côtes du Rhône méridional type Cairanne.
L'accord canaille : « Petit plaisir de Sémillon », domaine Lassolle.

Source CIV (Centre d'Information des Viandes)

