

Porc

Côte de cochon fumée à la sauge et au tilleul de carpentras et ses légumes nouveaux


2h

TEMPS TOTAL

1h30

PRÉPARATION

30 min

CUISSON

0

REPOS

451

CALORIES

 Ingrédients
pour 6 personnes

4 unité(s) entière(s)

Côte(s) de porc

 500 g **Tilleul**

 350 g **Sauge**

 12 unité(s) entière(s) **Pois gourmands**

 1 **Brocoli**

 4 **Courgette**

 4 **Navet**

 100 g **Petits pois**

 4 **Carotte(s)**

 150 g **Beurre**

 4 c. à soupe **Huile d'arachide**

 1 **Jus de veau**

 50 g **Gros sel**

 4 tranche(s) **Lard fumé**

 1 **Sel**

 1 **Poivre**

 500 ml **Eau**

Étape 1

Préparation des petits légumes

- 1 Laver les légumes à l'eau froide.
- 2 Porter à ébullition deux grandes casseroles d'eau très salée.
- 3 Les légumes cuisent plus rapidement dans une eau très salée.
- 4 Écosser les petits pois et réserver dans un bol.
- 5 Couper les courgettes nouvelles en tronçons d'environ 3cm de largeur. Réserver dans un saladier.
- 6 Penser à mélanger les courgettes jaunes et vertes pour une présentation plus attrayante.
- 7 Couper les pois gourmands en deux dans le sens de la largeur. Réserver dans un bol.
- 8 Réserver les légumes dans des récipients différents car ils n'ont pas le même temps de cuisson.
- 9 Ôter les fleurettes du brocolis et réserver le pied.
- 10 Raccourcir les fanes et couper les extrémités des carottes nouvelles. Réserver dans un saladier.

- 11 Couper l'extrémité des navets nouveaux et raccourcir leurs fanes. Les peler à l'aide d'un couteau d'office.
- 12 Les fanes des légumes nouveaux donnent à la préparation un goût persillé quand ils sont cuisinés. Cela permet aussi d'éviter que les légumes ne s'imbibent d'eau et restent croquants.
- 13 Plonger les courgettes dans l'eau bouillante et tester leurs cuisson avec la pointe d'un couteau.
- 14 Égoutter les courgettes et les plonger à l'aide d'un écumoire dans un saladier rempli d'eau glacée. Laisser 2 minutes dans l'eau puis les débarrasser dans un plat.
- 15 Continuer la cuisson des autres légumes séparément et les plonger dans l'eau glacée pour fixer leur chlorophylle. Réserver dans un plat.
- 16 Pour tester la cuisson des petits pois, les presser entre les doigts. La peau doit se détacher mais l'intérieur doit rester ferme.
- 17 Cuire le brocoli en le manipulant délicatement pour ne pas l'abîmer. Plonger dans l'eau glacée et réserver avec les autres légumes.
- 18 Conserver une partie de l'eau de cuisson des légumes pour cuire un risotto, par exemple.
- 19 Cuire les navets dans la deuxième casserole d'eau bouillante pour ne pas les colorer avec l'eau de cuisson des légumes verts. Laisser cuire 3 minutes puis les rafraîchir dans l'eau glacée.
- 20 Procéder de la même façon avec les carottes.
- 21 Les mini carottes s'épluchent facilement à la main après cuisson.

Étape 2

Préparation de la côte de cochon

- 1 Ôter les noyaux entre les joints de cartilage à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Couper une côte très épaisse dans le carré à l'aide d'un couteau de cuisine.
- 3 Une côte de porc épaisse conservera toute sa saveur et son fondant malgré sa cuisson au four.
- 4 Faire chauffer l'huile d'arachide à feu vif dans une sauteuse.
- 5 Déposer la côte de porc à plat dans la sauteuse en appuyant avec la main pour la faire saisir 2 ou 3 minutes sur chaque face.
- 6 Saler et poivrer généreusement.
- 7 La viande de porc se mange très colorée. Faire croûter la côte de porc de tous les côtés à la sauteuse pour qu'elle caramélise ensuite au four.
- 8 Retourner la viande à l'aide d'une pince ou d'une spatule jusqu'à ce qu'elle soit colorée de tous les côtés. Réserver dans un plat allant au four.
- 9 Éviter de piquer la viande pour que l'eau ne s'en échappe et ne la dessèche.
- 10 Préchauffer le four à 200°C(Th.6-7) et enfourner la côte

de porc pendant 30 minutes.

Étape 3

Fumage de la côte

- 1 Couvrir le fond d'une cocotte en fonte du bouquet de sauge sèche et du tilleul de Carpentras en branche.
- 2 Sortir la côte de cochon du four et la déposer sur le lit de sauge et de tilleul. Enflammer les herbes sèches à l'aide d'un briquet et couvrir la cocotte pour étouffer le feu. Laisser fumer la viande quelques instants.
- 3 Retirer la viande et couper des tranches épaisses à l'aide d'un couteau de cuisine.

Étape 4

Finition des légumes

- 1 Porter l'eau à ébullition et ajouter le beurre coupé en morceaux. Laisser réduire à feu vif.
- 2 Mixer à l'aide d'un mixeur plongeant pour émulsionner le beurre fondu.
- 3 Saler, poivrer et mixer à nouveau.
- 4 Ajouter dans le beurre tous les légumes primeurs blanchis.
- 5 Chauffer la préparation à feu vif et recouvrir de poitrine de lard fumé. Mélanger.
- 6 Déposer les légumes dans la mini cocotte en fonte en les égouttant légèrement.

Étape 5

Dressage de la viande

- 1 Poser la cocotte de légumes sur l'assiette de service.
- 2 Disposer 3 tranches de côtes de porc à côté de la cocotte et arroser d'un filet de jus de veau