

Viandes variées

Cassoulet vendéen



5h10 1h30 3h30 10 min 1010

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Précuisson des haricots

- 1 Disposer les haricots dans un saladier, les recouvrir d'eau froide et les faire tremper pendant au moins 12 heures.
- 2 Faire tremper les haricots pendant une nuit pour pouvoir les cuisiner le lendemain.
- 3 Une fois ce temps passé, égoutter les haricots dans une passoire et jeter l'eau.
- 4 Disposer les haricots dans une marmite, les recouvrir d'eau et porter à ébullition.
- 5 Dès l'ébullition faire cuire les haricots pendant 5 minutes en écumant de temps en temps à l'aide d'une écumoire.
- 6 Au bout de ce temps, éteindre le feu, vider l'eau et réserver les haricots dans la marmite.

Étape 2

Préparation du bouillon et des haricots

- 1 Avec un couteau éminceur, couper la couenne de porc en larges lanières, les disposer sur le fond d'une casserole.
- 2 Laver et éplucher les carottes, les couper en rondelles

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les haricots et le bouillon

400 g **Haricots blancs**
100 g **Couenne de porc**
1 **Carotte(s)**
1 **Oignon(s)**
1 unité(s) entière(s)
Clou(s) de girofle
1 **Gousse(s) d'ail**
1 **Bouquet garni**
3 litre(s) **Eau**
1 **Sel**
1 **Poivre**
2 c. à soupe **Concentré de tomate**

Ingrédients pour le cassoulet

4 **Cuisse(s) de confit de canard**
8 **Saucisse(s) de Strasbourg**
200 g **Jarret(s) de porc**
15 g **Lard fumé**
1 **Poivre noir**

plutôt épaisses, les ajouter dans la casserole.

- 3** Éplucher l'oignon, enfoncer le clou de girofle et le mettre dans la casserole.
- 4** Ajouter la gousse d'ail sans l'éplucher, le bouquet garni et l'eau.
- 5** Saler et poivrer généreusement, puis délayer avec le concentré de tomates.
- 6** Mettre la casserole sur feu moyen, faire cuire le bouillon pendant environ 1 heure.
- 7** Au bout de ce temps, ôter la casserole du feu. Verser le bouillon dans une passoire fine placée au-dessus d'une autre casserole.
- 8** Récupérer les couennes et les rondelles de carottes, les réserver dans un saladier. Éliminer l'ail, l'oignon avec le clou de girofle et le bouquet garni.
- 9** Verser les haricots dans ce bouillon. Disposer la casserole sur feu moyen et porter à ébullition.
- 10** Baisser le feu. Laisser cuire les haricots pendant au moins 1 heure jusqu'à ce qu'ils soient cuits.
- 11** Pour une cuisson optimale, les haricots doivent être tendres mais rester entiers, ils ne doivent pas se défaire.
- 12** Une fois cuits, égoutter les haricots en récupérant le bouillon dans une autre casserole.
- 13** Réserver le bouillon au chaud et les haricots dans un saladier.

Étape 3

Préparation des viandes

- 1** Pendant la cuisson des haricots dans le bouillon, préparer les viandes.
- 2** Disposer les cuisses de canard confites dans une sauteuse, les faire dégraisser sur feu doux.
- 3** Une fois dégraissées, ôter les cuisses de canard de la sauteuse, les réserver dans une assiette.
- 4** Piquer les saucisses à l'aide d'une fourchette, les faire dorer dans la graisse des cuisses de canard pendant environ 10 minutes.
- 5** Une fois dorées, réserver les saucisses dans l'assiette avec les cuisses de canard confites.
- 6** Couper le jarret de porc en morceaux, le disposer avec le lard dans la sauteuse avec la graisse de canard.
- 7** Faire rissoler pendant 5 minutes. Puis réserver les morceaux de jarret rissolés et le lard avec les autres viandes.

Étape 4

Montage du cassoulet

- 1** Tapisser le fond d'une cocotte allant au four avec des morceaux de couenne.
- 2** Ajouter environ un tiers des haricots en une couche.
- 3** Disposer les viandes. Verser le reste des haricots et les

rondelles de carottes dessus.

- 4** Disposer les saucisses en les enfonçant dans les haricots.
- 5** A l'aide d'une louche, verser le bouillon chaud pour recouvrir les haricots.
- 6** Poivrer la surface du cassoulet. Ajouter une cuillère à soupe de graisse de canard ayant servi à faire rissoler les viandes.

Étape 5

Cuisson du cassoulet

- 1** Préchauffer le four à 160°C (Th.5).
- 2** Enfourner le cassoulet, le faire cuire pendant 1 heure.
- 3** De temps en temps mouiller le cassoulet avec du bouillon et mélanger.
- 4** Au bout d'une heure, éteindre le four, faire reposer le cassoulet 10 minutes. Servir.

Étape 6

Dressage

- 1** Servir le cassoulet bien chaud directement dans sa cocotte.
- 2** Chaque convive composera son assiette avec les morceaux de viande de son choix accompagnés de haricots.