Porc

Ma'a tinito

14h20 **20 min** **2h** **12h** **848**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la viande et les haricots

600 g **Poitrine de porc**
200 g **Haricots rouges**
1 **Bouquet garni**
1 **Oignon(s)**
2 **Gousse(s) d'ail**
2 c. à soupe **Huile de tournesol**
1 c. à soupe **Sucre semoule**
2 c. à soupe **Sauce d'huître**
5 cl **Sauce soja**
20 cl **Eau**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour les légumes

500 g **Chou(x) chinois**
2 **Gousse(s) d'ail**
2 c. à soupe **Huile de tournesol**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation des haricots et de la viande

- 1 Mettre les haricots rouges dans un saladier, les recouvrir d'eau froide. Laisser tremper pendant 12 heures puis les égoutter dans une passoire.
- 2 Couper la poitrine de porc en cubes à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Mettre la viande et les haricots dans une cocotte, les couvrir d'eau froide. Saler et ajouter le bouquet garni.
- 4 Porter à ébullition, couvrir et laisser mijoter sur feu doux pendant 1h30.
- 5 Egoutter la viande à l'aide d'une écumoire, la réserver dans un saladier. Egoutter les haricots dans une passoire et jeter le bouquet garni.
- 6 Peler l'oignon, l'émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur. Peler l'ail, l'écraser à l'aide d'un presse-ail.
- 7 Faire chauffer l'huile dans la cocotte, faire dorer l'oignon jusqu'à ce qu'il soit translucide. Ajouter l'ail et mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- 8 Ajouter la viande, saler et poivrer. Mélanger puis saupoudrer le sucre pour faire caraméliser la viande.
- 9 Déglacer avec la sauce soja et la sauce huître. Mélanger et verser l'eau.

10 Faire réduire la sauce sur feu vif pendant 5 minutes à découvert.

11 Retirer la cocotte du feu, couvrir et laisser la viande reposer.

Étape 2

Cuisson du chou

1 Laver le chou sous l'eau froide, séparer les tiges des feuilles. A l'aide d'un couteau éminceur, couper les tiges en tronçons et les feuilles en lanières.

2 Peler l'ail, l'écraser à l'aide d'un presse-ail.

3 Faire chauffer l'huile dans un wok, faire sauter les tiges de chou pendant 3 minutes en remuant vivement.

4 Ajouter l'ail puis les feuilles de chou. Faire sauter pendant 2 minutes en remuant.

5 Saler, poivrer, mélanger puis retirer le wok du feu.

Étape 3

Cuisson des macaronis

1 Remplir une casserole d'eau aux 3/4 et ajouter le sel. Porter à ébullition.

2 Verser les pâtes, faire cuire pendant 7 minutes. Egoutter dans une passoire.

Étape 4

Dressage

1 Disposer au fond de plusieurs assiettes creuses une couche de haricots rouges.

2 Recouvrir d'une couche de macaronis, puis d'une couche de chou chinois et enfin d'une couche de viande.

3 Ciseler la ciboulette et en parsemer la viande. Servir chaud.

4 Pour déguster, mélanger toutes les couches.

1 Poivre

Ingrédients pour les pâtes

120 g **Macaroni**

1 pincée(s) **Gros sel**

Ingrédients pour le dressage

0.5 botte(s) **Ciboulette**