



Pommes de terre

Tuluk (papillote au manioc)



1h45 **30 min** **1h15** **0** **613**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les papillotes

1 kg **Manioc**
200 g **Echine de porc**
15 cl **Lait de coco**
50 g **Oignon(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**
0.5 botte(s) **Ciboulette**
2 c. à soupe **Huile de tournesol**
2 **Feuille(s) de bananier**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la farce

- 1 Hacher le porc à l'aide d'un hachoir à viande.
- 2 Peler l'oignon et le ciseler à l'aide d'un couteau éminceur. Peler l'ail et l'écraser à l'aide d'un presse-ail.
- 3 Faire chauffer l'huile dans une sauteuse, faire suer les oignons pendant 5 minutes. Ajouter l'ail et mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- 4 Ajouter le porc haché et bien mélanger pour que la viande ne s'agglomère pas. Assaisonner de sel et poivre.
- 5 Verser le lait de coco et mélanger. Laisser cuire sur feu doux jusqu'à ce que la viande ait absorbé tout le liquide.
- 6 Hacher la ciboulette à l'aide d'un couteau éminceur et l'ajouter à la viande. Mélanger hors du feu et laisser refroidir à température ambiante.

Étape 2

Cuisson des tuluks

- 1 Découper les feuilles de bananier à l'aide d'une paire de ciseaux afin d'obtenir autant de rectangles que de convives.
- 2 Chauffer les feuilles de bananier à l'aide d'un chalumeau

pour les assouplir et faire ressortir leur huile essentielle, ce qui parfumerait les papillotes.

- 3 Il est possible d'effectuer cette opération au-dessus de la flamme d'une gazinière ou avec un fer à repasser chaud.
- 4 Peler le manioc à l'aide d'un économe puis le râper à l'aide d'une râpe. Mettre la chair dans un saladier, saler et mélanger.
- 5 Prendre la moitié de la chair de manioc et la déposer au milieu de chaque feuille, en petits tas rectangulaires.
- 6 Déposer au-dessus la farce au porc en tassant bien à l'aide d'une cuillère en bois. Recouvrir enfin avec le reste de chair de manioc.
- 7 Rabattre les bords de la feuille pour envelopper le tuluk, en formant un cylindre. Plier les extrémités et les maintenir fermement à l'aide de cure-dents.
- 8 Mettre les tuluks dans un cuit-vapeur et les faire cuire pendant 1 heure.

Étape 3

Dressage

- 1 Dresser les tuluks sur une assiette de présentation et ôter les feuilles de bananier. Déguster chaud.
- 2 Il est possible de les déguster froid, comme en-cas, en les épluchant comme une banane.