

*Viandes variées*

Feijoada - ragoût brésilien aux haricots noirs



19h30 **1h30** **6h** **12h** **1011**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du ragoût

- 1 Couper la viande en dés d'environ 2 cm. Laisser le jarret de porc entier.
- 2 Faire revenir la viande dans une cocotte avec un filet d'huile d'olive.
- 3 Découper grossièrement tous les légumes. Peler et hacher les gousses d'ail.
- 4 Lorsque la viande est colorée, la retirer de la cocotte et la mettre de côté.
- 5 Ajouter les oignons, les carottes, et le céleri-branché à la cocotte. Les faire revenir en remuant de temps en temps. Racler le fond de la cocotte pour enlever les parties brunies.
- 6 Ajouter l'ail. Assaisonner avec du sel. Bien mélanger et faire revenir pendant encore quelques minutes.
- 7 Ajouter le concentré de tomate et la poudre de piment chipotle. Remuer et verser le vin blanc. Ajouter les feuilles de laurier et le thym.
- 8 Remettre les viandes et le jarret de porc dans la cocotte, recouvrir d'eau.

Ingrédients
pour 10 personnes

Ingrédients pour les viandes

450 g **Epaule(s) de porc**
450 g **Poitrine de boeuf**
200 g **Chorizo**
450 g **saucisse(s) fumée(s)**
450 g **Jarret(s) de porc**

Ingrédients pour les légumes

1 **Carotte(s)**
2 **Oignon(s)**
1 **Céleri-Branche**
3 **Gousse(s) d'ail**

Ingrédients pour le ragoût

500 g **Haricots noirs**
4 c. à soupe **Huile d'olive**
25 cl **Vin blanc**
4 feuille(s) **Laurier**

- 9 Couvrir et laisser mijoter. Laisser cuire tranquillement pendant une heure.
- 10 Egoutter les haricots noirs, les ajouter au ragoût.
- 11 Laisser mijoter à couvert tranquillement, pendant environ une heure et demi, jusqu'à ce que les haricots soient tendres.
- 12 Ajouter les tomates concassées. Bien mélanger et rectifier l'assaisonnement avec du sel si nécessaire.
- 13 Retirer le couvercle et continuer la cuisson pendant environ 2 à 3 heures, jusqu'à ce que la viande de jarret de porc se sépare de l'os.

Étape 2

Dressage

- 1 Ciseler les herbes. Eplucher et découper les oranges en quartiers.
- 2 Servir la Feijoada dans un plat. Décorer d'herbes ciselées et de rondelles d'orange.
- 3 Accompagner de riz.

0.5 botte(s) **Thym**
2 c. à soupe **Concentré de tomate**
450 g **Tomate(s) concassée(s)**
1 c. à café **Piment en poudre**
1 **Sel**

Ingrédients pour le dressage

400 g **Riz Blanc**
2 **Orange(s)**
0.5 botte(s) **Persil plat**
0.5 botte(s) **Coriandre**