

Temps de cuisson : 60 minutes

Temps de préparation : 15 minutes

Degré de difficulté : Facile

Portions : 9 tasses



Porc effiloché à l'autocuiseur

Ingrédients :

- 4-5 livres d'épaule de porc
- 1/3 tasse de cassonade
- 2 c. thé de poudre d'oignon
- 2 c. thé de poudre d'ail
- 1 c. thé de paprika
- 2 c. thé de mélange d'épices texmex
- 1 c. thé de gingembre en poudre
- 1/2 c. thé de sel
- Poivre
- 1 filet d'huile
- 1 c. table de sauce Worcestershire
- 1 1/2 tasse de bouillon de poulet
- 2 tasses de sauce BBQ au choix

Marche à suivre :

1. Retirer un peu de gras et couper le morceau de porc en 4 gros morceaux.
2. Dans un bol, mélanger la cassonade, la poudre d'oignon, la poudre d'ail, le paprika, le mélange d'épices texmex, le gingembre, le sel et le poivrer.
3. Enrober les morceaux de porc dans le mélange d'épices.
4. Dans un poêlon *, faire chauffer l'huile.
5. Saisir les morceaux de porc de chaque côté quelques minutes.
6. Retirer les morceaux de porc et les mettre dans l'autocuiseur.
7. Déglacer le poêlon avec un peu de bouillon pour aller récupérer les sucs de cuisson.
8. Vider dans l'autocuiseur et ajouter le reste des ingrédients sauf la sauce BBQ.
9. Faire cuire à la fonction manuel « high » pendant 50 minutes.



10. Laisser la vapeur sortir naturellement.
11. Défaire la viande à la fourchette.
12. Ajouter un peu de jus de cuisson et la sauce BBQ.
13. Déguster en burger, dans un plat de pâte ou en sandwich.

*vous pouvez saisir à SAUTÉ dans l'autocuiseur. Personnellement, je trouve que la température n'est pas assez élevée, je préfère le faire au poêlon.