

# Porc effiloché de Marilou (à la mijoteuse)

Bedon Gourmand

## Ingrédients

- 1,5 kg d'épaule de porc, coupée en quatre morceaux
- 1 oignon, émincé

### POUR LA SAUCE

- 1 tasse de bouillon de poulet
- 1/3 de tasse de vinaigre de vin rouge
- 1/4 de tasse de sauce HP
- 1 tasse de cassonade
- 1/3 de tasse de pâte de tomates
- 2 c. à soupe d'assaisonnement à chili
- 1 c. à soupe de poudre d'ail
- 1 c. à soupe de moutarde sèche
- 1 c. à soupe de thym frais, haché
- 2 c. à thé de sel
- 1 c. à soupe de poivre

### POUR LA PURÉE

- 4 tasses de pommes de terre à chair jaune, coupées en cubes
- 1/4 de tasse de crème 15 % ou 35 %
- 1/4 de tasse de beurre
- 1 c. à soupe d'herbes salées, du commerce

## Préparation

1. À l'aide d'un couteau, retirer l'excédent de gras autour de la viande. Réserver.
2. Placer tous les ingrédients « pour la sauce » dans la mijoteuse, bien remuer, puis ajouter la viande et l'oignon. Couvrir et cuire à feu doux pendant 8 heures.
3. À l'aide de deux fourchettes, effiloche la viande le plus finement possible dans la sauce. Réserver.
4. Dans une casserole, verser les pommes de terre et les recouvrir d'eau. Porter à ébullition, puis laisser cuire pendant 20 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres.
5. Égoutter et transférer dans un bol avec le reste des ingrédients « pour la purée ». À l'aide d'un pilon, réduire le tout en une purée lisse et homogène.
6. Servir le porc effiloché avec la purée.

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 8 heures à LOW

Portions: 6 à 8

Source: [Trois fois par jour](#)

