OSSO BUCO DE PORC À L'INDIENNE



1/2 tasse de farine tout usage

8 osso buco (rondelles de jarret) de porc de de 3,5 cm (11/2 po) d'épaisseurs

2 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge

1 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge

1 gros poivron rouge, haché

1 oignon moyen, haché

2 gousses d'ail, hachées

1 tasse de vin blanc

3 tasses de sauce demi-glace

1c. à soupe de moutarde de Dijon

5 c. à soupe de pâte de tomate

3 c. à soupe de poudre de cari

1 c. à thé de coriandre

1 c. à thé de gingembre

1/2 c. à thé de cumin

2 feuilles de laurier

1 c. à soupe de sucre

Au goût sel, poivre

Au goût persil frais, haché

- -Enfariner les rondelles de jarrets de porc.
- -Dans un grand poêlon, faire chauffer l'huile d'olive à feu moyen et faire sauter les jarrets de porc pour bien les colorer.
- -Réserver dans une rôtissoire allant au four. Préchauffer le four à 170 °C (325 °F).
- -Dans le même poêlon, faire sauter légèrement dans l'huile d'olive, à feu moyen, le poivron rouge, l'oignon et l'ail mais attention à ne pas brunir les légumes.
- -Déglacer avec le vin blanc.
- -Ajouter la demi-glace, la moutarde de Dijon, la pâte de tomate, les épices, le laurier et le sucre.

- -Assaisonner. Bien mélanger.
- -Laisser mijoter la sauce pendant 5 minutes. Napper de cette sauce les jarrets de porc.
- -Faire cuire au four 1 h15. (moi J'ai fait cuire 2 h30)
- -Garnir de persil haché.
- -Accompagner de nouilles ou de riz basmati.

Publier par **Le coin recettes de Jos**

(Source: Métro)