

Porc effiloché à la mijoteuse



Auteur : [Marie-Ève Laforte](#)



- Portions **61**
- Préparation **10 min**
- Cuisson **6 h**

[Ajouter à mes recettes préférées](#)

[Me connecter pour ajouter à ma liste d'épicerie](#)

Ingrédients

- 2 lb (900 g) de porc (rôti, épaule ou filet)
- 1 tasse (250 ml) de ketchup
- 1/2 tasse (125 ml) de vinaigre (blanc, de cidre ou de vin blanc)
- 1/2 tasse (125 ml) de cassonade
- 2 c. à soupe (30 ml) de sauce soya
- 2 c. à soupe (30 ml) de sauce Worcestershire
- 2 c. à soupe (30 ml) de moutarde préparée
- 1 c. à soupe (15 ml) d'huile de canola ou de tournesol
- 1 c. à thé (5 ml) de gingembre en poudre
- 1 c. à thé (5 ml) de poudre d'ail

1 c. à thé (5 ml) de paprika fumé (doux ou fort, au goût)

Préparation

1. Combiner tous les ingrédients de la sauce BBQ (l'ensemble des ingrédients sauf la viande) dans une petite casserole et faire chauffer à feu moyen en mélangeant avec un fouet jusqu'à ce que la sauce frémit, environ 5 minutes.
2. Si la viande est attachée avec une corde, défaire celle-ci, puis placer la viande dans la mijoteuse.
3. Verser la sauce sur la viande. Faire cuire à intensité faible pendant 6 heures.
4. Défaire la viande à la fourchette en mélangeant la sauce avec la viande.
5. Servir dans des petits pains, avec de la salade de chou et des cornichons.

Bon à savoir

On peut utiliser du filet de porc pour cette recette, mais celui-ci est plus dispendieux et moins savoureux, parce qu'il est très maigre. La meilleure viande pour l'effiloché est l'épaule de porc. En plus, celle-ci est très bon marché. Demandez-là au boucher si elle est difficile à trouver sur les tablettes.

On vous suggère ce truc

- [Viandes tendres et savoureuses](#)
- [Épaissir une sauce trop liquide](#)
- [Des épices qui goûtent!](#)

Vous aimeriez aussi