



FILET DE PORC À L'ÉRABLE LAQUÉ À LA BETTERAVE

Ingrédients :

Filets de Porc

Marinade:

200 ml d'huile végétale

50 ml de tamari

75 ml de sirop d'érable

30g d'épices à steak

2 gousses d'ail

1 betterave épluchée

Prendre la betterave épluchée, la couper en petits morceaux et ensuite, la broyer au robot culinaire. Tamiser pour en extraire le jus.

Une fois le jus récupéré, mettre tous les ingrédients dans un bol et bien mélanger à la mixette.

Mettre les filets de porc (2) sous vide (si possible); sinon, dans un Ziploc avec la marinade. Laisser mariner une journée (24h).

Sortir les filets de porc du sac et les déposer sur le gril à haute température, juste pour les saisir quelques secondes.

Ensuite, les mettre au four à 325°F (idéalement dans le four EKA avec une sonde) et ajuster la température à 105°F et point lumineux blanc (four EKA) de niveau d'humidité, ce qui signifie 0 . Lorsqu'il aura atteint 105°F au cœur de la protéine, le four sonnera.

Laisser reposer quelques minutes pour que la viande se détende et ensuite, couper et servir avec les accompagnements de votre choix.