

Pulled Pork au barbecue

L'effilochée de porc est certainement une des recettes plus représentatives du BBQ américain. On la retrouve à peu près partout dans le sud des USA. Extrêmement simple à réaliser quand on a le bon produit!



TYPE DE PLAT
Plat principal

CUISINE
Américaine



EQUIPMENT

- 1 spray contenant 50% de vinaigre de cidre et 50% de jus de pommes

INGRÉDIENTS

- 1 épaule de porc désossée ou pas, découennée mais non dégraissée
- 1 poignée de sel à frotter classique

INSTRUCTIONS

1. Appliquez une bonne dose de sel à frotter classique sur toute la surface de la viande et laissez reposer 4 heures au frigo.
2. Allumez votre BBQ pour une cuisson indirecte, et essayez de maintenir la température aux alentours des 110°C. Prévoyez un récipient d'eau froide que vous placerez en-dessous de la viande pendant toute la cuisson. Cela aidera à garder une humidité constante dans le BBQ et à récupérer les graisses qui tomberont pendant la cuisson.
3. Placez l'épaule dans la zone "froide" du BBQ, ajoutez quelques morceaux de bois sur les braises, et fermez le couvercle. Il faut essayer de garder une température de 110°C pendant 4 heures environ pour une épaule de 4 Kg ou plus. Après 2 heures, pulvérisez un peu de mélange jus de pommes et vinaigre de cidre sur toute la surface de la viande. Répétez toutes les 30 minutes
4. Après 4 heures de cuisson, emballez fermement l'épaule dans du papier aluminium et remettez l'épaule dans le BBQ. Il vous faudra peut-être remettre quelques morceaux de charbon. Laissez cuire pendant encore 4 à 8 heures, dans l'aluminium en maintenant toujours la température aux alentours des 110°C. Si vous avez envie de tricher un peu, vous pouvez mettre l'épaule emballée au four, cela vous évitera de vous prendre la tête avec la température. L'épaule étant emballée, cela ne changera rien à la cuisson.
5. Laissez enfin refroidir un peu et effilochez l'épaule à l'aide de 2 fourchettes ou à la main, si vous avez des gants.



MOTS CLÉS
pulled pork