

Haut de Cuisse de Sanglier Juteux, Cuisson Douce et Jus Lié

Mode : **FOUR (BAKE)**

Temp : **170°C**

Durée : **2h00**

"Recette facile de haut de cuisse de sanglier désossé. Une cuisson douce à la sonde et une généreuse marinade au beurre pour une viande ultra-tendre et un jus lié savoureux."



© daisychou.fr • pfrere

Ingrédients

1 kg Cuisse de jeune sanglier

200 g beurre

1 oignon

2 Ail

1 Persil frais

1 Bouillon de bœuf

2 c.à.s Maïzena

Sel

Poivre

Préparation

#1 Préparation du Sanglier

Commencez par désosser soigneusement le haut de cuisse de sanglier jeune, si ce n'est pas déjà fait (vous pouvez demander à votre boucher de le faire). Incisez légèrement la chair à plusieurs endroits et insérez-y quelques morceaux d'ail pour infuser la viande de l'intérieur.

#2 Marinade

Faites fondre légèrement 200g de beurre au micro-ondes ou dans une casserole, juste assez pour qu'il soit très mou (pommade), mais pas complètement liquide. Dans un bol, mélangez énergiquement ce beurre avec le sel, le poivre noir fraîchement moulu, l'oignon finement ciselé, l'ail finement haché et le persil ciselé. Ce mélange va former une sorte de beurre de marinade aromatique et onctueux.

#3 Enrobage Intégral

Placez votre haut de cuisse désossé dans votre plat de cuisson. Important : Badigeonnez généreusement toute la surface de la viande, y compris l'intérieur si possible, avec la totalité de la marinade aromatique. Elle doit être parfaitement et uniformément enrobée de ce mélange au beurre. Cette couche protectrice est indispensable pour créer une barrière contre la dessiccation pendant la cuisson.

#4 Cuisson et Arrosage Régulier

Allumez votre Ninja . Sélectionnez le mode (Four). Réglez la température à 170°C. Insérez la sonde de température dans la partie la plus épaisse de la viande (au centre) et réglez la température à cœur cible sur 70°C.

Placez le plat avec la viande enrobée dans le Ninja. Laissez cuire pendant les 20 premières minutes.

Attention : Toutes les 10 minutes environ, arrosez la viande avec son propre jus de cuisson (beurre et jus) qui s'accumule dans le fond du plat.

#5 Ajout du Bouillon

Après environ 20 minutes de cuisson, versez un peu de bouillon de bœuf chaud (environ 100-150ml) dans le fond du plat, en veillant à ne pas arroser la viande avec. Le bouillon va se mélanger aux jus de cuisson pour créer une base de sauce riche sans affecter l'enrobage protecteur au beurre de la viande. Continuez à arroser la viande avec le jus du plat (bouillon mélangé) toutes les 10 minutes.

#6 Retrait et repos de la Viande

Dès que la température à cœur de 70°C est atteinte. Sortez le plat du Ninja Woodfire. Transférez la viande du plat sur une planche à