Daube de sanglier douce aux pommes

Cuisson en Marmite Norvégienne

France pour 4 personnes

Mais pourquoi cette recette ?

Une recette qui sublime la viande de sanglier grâce à une cuisson en douceur et une marinade sans alcool.
Savourez une sauce fruitée et délicate, enrichie de pommes et de champignons.
Parfait pour un repas chaleureux et réconfortant autour d'un bon plat mijoté.

Préparation
30 min

Sur le feu
50 min

En marmite
environ 7 h

Temps total
environ 8 h 20

Marinade
18 h ou une nuit



Servi à la sortie de la Marmite Norvégienne

Ingrédients pour 4 personnes

- Sanglier désossé : **1,1 kg**
- Huile : **2 c. à soupe**
- Farine : **1 c. à soupe rase**
- Jus de pomme : **50 cl**
- Bouillon de volaille ou de légumes : **25 cl**
- Oignons : **2**
- Carottes : **3**
- Gousses d'ail : **3**
- Feuille de laurier : **1**
- Branches de thym : **2**
- Grains de poivre : **6**
- Vinaigre de cidre : **2 c. à café**
- Champignons de Paris : **300 g**
- Pommes acidulées : **2**
- Moutarde douce : **1 c. à soupe**
- Miel : **1 c. à café**
- Sel : **au goût**
- Poivre : **au goût**

> ⚠ **Sécurité : le réflexe à ne pas oublier**
> La cocotte doit être portée à **pleine ébullition** avant d'être placée dans la marmite, puis transférée **immédiatement**, couvercle bien fermé. Au moment de servir, vérifiez que le plat est bien chaud ; en cas de doute, remettez quelques minutes à ébullition.

La recette pas à pas

1 Préparation — 30 min

Préparer la viande
Désosser et parer le sanglier, garder l'os dans la cocotte pour la cuisson. Couper la viande en gros morceaux de 5 à 6 cm.

Mariner la viande
Éplucher et couper les oignons et carottes grossièrement. Dans un récipient en verre ou en plastique, combiner le jus de pomme, bouillon, légumes, ail, thym, laurier, poivre et vinaigre de cidre. Ajouter la viande et l'os, couvrir et mariner 18 à 24 heures au frais.

2 Sur le feu — 50 min

Saisir la viande
Sécher les morceaux de sanglier avec du papier absorbant. Faire chauffer l'huile dans une cocotte et dorer les morceaux sur toutes les faces par petits lots. Réserver la viande.

Revenir les légumes
Dans la même cocotte, faire revenir les légumes de la marinade environ 5 minutes. Réintroduire la viande, saupoudrer de farine et mélanger 1 minute.

Ajouter la sauce
Verser la marinade filtrée, ajouter moutarde, miel, champignons et assaisonnement. Porter à ébullition et mijoter 20 à 30 minutes.

3 En marmite norvégienne — environ 7 h *sans surveillance*

Cuisson en marmite
Fermer la cocotte et mettre dans la marmite norvégienne. Cuire 4 heures, puis ajouter les pommes (remettre un petit coup de chaud) et poursuivre la cuisson 2 à 3 heures.

4 Finition & service

Vérifier la cuisson
Vérifier que la viande est bien tendre. Si besoin, réchauffer et remettre en marmite jusqu'à cuisson parfaite.

Servir
Servir chaud avec une garniture de légumes de saison.

> **L'astuce en plus**
> Essayez cette daube avec un accompagnement de purée de céleri ou de pommes de terre pour un mariage parfait.

Ce que la marmite norvégienne change

- La cuisson lente permet d'attendrir parfaitement la viande tout en conservant ses arômes .
- Le feu reste éteint pendant les 7 heures de cuisson en marmite, une méthode pratique et efficace.
- La marmite norvégienne assure une cuisson sécurisée, essentielle pour certaines viandes comme le sanglier.