



# RÔTI DE LONGE DE PORC EN CROÛTE AUX HERBES



TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN | TEMPS DE CUISSON : 70 MIN | PORTIONS : 6

Le traditionnel rôti de a une croûte dorée croustillante et son centre est juteux. Il peut être servi avec les légumes que vous avez sous la main. Racler la poêle et utiliser les jus de cuisson pour faire une délicieuse sauce.



## À PROPOS DU CHEF

Professeur et consultant en arts culinaires, animateur d'émissions de cuisine et co-auteur de livres de cuisine, le chef David Wolfman, membre des Premières Nations, est un expert reconnu à l'échelle internationale en matière de gibier sauvage et de cuisine autochtone traditionnelle.



Agence de la santé  
publique du Canada

Public Health  
Agency of Canada

Canada

## INGRÉDIENTS

- 60 ml (¼ tasse) de moutarde de Dijon
- 10 ml (2 c. à thé) de poudre d'ail
- 7,5 ml (1 ½ c. à thé) de sel
- 5 ml (1 c. à thé) de poivre noir moulu
- 10 ml (2 c. à thé) de basilic séché
- 10 ml (2 c. à thé) de sauge moulue
- 30 ml (2 c. à table) sauce Worcestershire
- 1,45 kg (3,2 lb) de longe de porc désossée

## PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 175°C (350°F).
2. Dans un petit bol, mélanger la moutarde, la poudre d'ail, le sel, le poivre, le basilic, la sauge et la sauce Worcestershire pour former une pâte.
3. Frotter la pâte uniformément sur tous les côtés de la viande. Placer la viande sur une grille dans un plat de cuisson ou dans une rôtissoire.
4. Faire rôtir la longe de porc au four pendant environ 70 minutes, en plaçant une feuille de papier d'aluminium dessus une fois qu'elle est bien dorée sur le dessus.
5. Retirer le rôti du four lorsque la température interne atteint 71°C (160°F). Couvrir d'aluminium et laisser reposer 20 minutes avant de servir.

### TRUCS

- » Vous pouvez conserver les restes jusqu'à 3 jours au réfrigérateur.
- » Pour congeler, laisser refroidir, puis envelopper dans du papier d'aluminium et ensuite d'une pellicule plastique pour aliments. Congeler pour un maximum de 3 mois. Décongeler le rôti au réfrigérateur toute la nuit, retirer la pellicule de plastique et le réchauffer dans le papier d'aluminium jusqu'à 74°C (165°F) ou plus, avant de servir.