



Les plats principaux

Lard de poitrine rôti

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 kilogramme de lard de poitrine (avec la couche de gras (non découpé))
1 cuillère à soupe de feuilles de thym (frais)
1 cuillère à soupe de graines de coriandre
1 cuillère à café de poivre noir en grains
1 cuillère à café de sel de mer
huile d'olive
poivre

Méthode de préparation

Avec un couteau aiguisé faites des incisions sur la longueur dans la couche de gras du lard. Mettez les graines de coriandre, les grains de poivre et le gros sel de mer dans un mortier et réduisez-les en purée. Badigeonnez la couche de gras avec de l'huile d'olive et étendez dessus la purée d'épices et les feuilles de thym. Frottez bien le tout dans la viande. Emballez la viande dans une feuille d'aluminium et laissez mariner 1 nuit.

Retirez la viande du frigo 1 heure à l'avance et laissez-la venir à température ambiante. Déposez le lard mariné sur le barbecue à la chaleur indirecte des braises et récupérez le jus de cuisson dans un petit ravier. Fermez le barbecue
et laissez cuire le lard environ 2 heures. Arrosez régulièrement la viande avec le jus de cuisson.

Après la cuisson laissez la viande reposer 5 minutes puis coupez en tranches.

Ustensiles de cuisine

Barbecue

