



Atelier cuisine

Feijoada (ragoût brésilien)

Préparation	20 min
Cuisson	2 h 30 min
Trempage	8 h
Rendement	6 à 8 portions
Se congèle	Oui

Ingrédients

250 ml (1 tasse) de haricots noirs secs

- 1,8 kg (4 lb) d'épaule de porc avec os, sans la couenne
- 45 ml (3 c. à soupe) d'huile d'olive
- 2 oignons, hachés
- 2 gousses d'ail, hachées
- 750 ml (3 tasses) d'eau
- 2 feuilles de laurier sec
- 200 g (7 oz) de chorizo portugais doux ou fort, coupé en rondelles
- Sel et poivre

Préparation

- Placer les haricots dans un grand bol. Couvrir d'eau froide et faire tremper pendant une nuit à la température ambiante. Ajouter de l'eau au besoin afin que les haricots soient toujours bien couverts. Rincer et égoutter.
- Sur un plan de travail, désosser la viande et la couper en gros cubes. Conserver l'os.
- Dans une casserole, dorer la viande dans 15 ml (1 c. à soupe) d'huile. Poivrer. Saler Réserver sur une assiette.
-

Dans la même casserole, dorer la moitié des oignons et de l'ail dans 15 ml (1 c. à soupe) d'huile. Remettre la viande dans la casserole. Ajouter les haricots, le boeuf séché, l'eau et le laurier. Porter à ébullition. Laisser mijoter à feu moyen-doux environ 2 heures ou jusqu'à ce que les haricots soient tendres. Ajouter le chorizo et poursuivre la cuisson 30 minutes.

- À l'aide d'une écumoire, prélever 250 ml (1 tasse) de haricots noirs cuits dans la casserole.
- Dans une poêle, frire les haricots, le reste d'oignons et d'ail dans le reste de l'huile (15 ml/1 c. à soupe). Hors du feu, écraser le mélange à l'aide d'une fourchette ou d'une cuillère de bois. Ajouter cette pâte de haricots à la feijoada pour épaissir la sauce.
- Servir avec du riz blanc, de la farofa et des tranches d'orange.