

PAIN DE VIANDE

Par Ghislain Bonneau a gbphotodidactical.ca

Dernière Révision 2012-03-01

Temps de Préparation; 30 Minutes

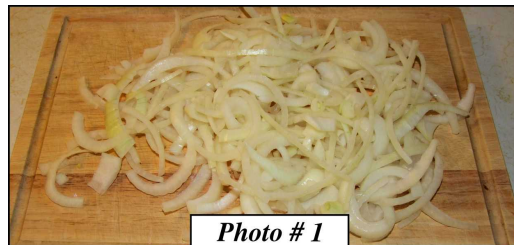
Temps de Cuisson; 90 Minutes

Cette recette vas produire un Pain de Viande, soit environ 5 a 6 Portions pour Adultes.

Étape # 1 - Mélange des Épices et Liquides pour mélanger avec la viande.

Ceci doit être froid avant de le mélangé avec la viande, donc préparé ceci trois heures d'avance et placer au frigidaire.

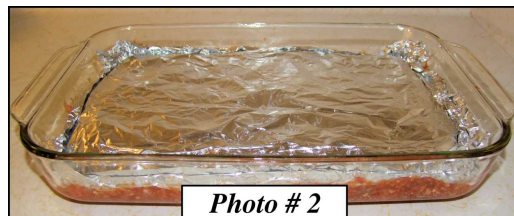
- 1 Can de Sauce Tomate Hunt's de 213 ml.
- ¼ Tasse de Ma SAUCE HP ou de la Sauce HP régulier.
- 1 C.A. Soupe de Bouvril de boeuf.
- 2 C.A. Thé de Poudre d'ail.
- ½ C.A. Thé de Sel.
- ¼ C.A. Thé de Poivre Noir Moulu.
- ½ C.A. Thé de Moutarde Moulu.
- ¼ C.A. Thé de Thym.
- ¼ C.A. Thé de Poudre de Curie. (Moyen)
- 1 Pincée de Cumin.



Bien mélanger et placer au frigidaire trois heures.

Étape # 2 - ASSAISONNEMENT DE LA VIANDE.

- 0.5kg. de Porc Haché Extra Maigre.
- 0.5kg. de Boeuf Haché Extra Maigre.
- 1 Oignon jaune (Moyen) Coupé en quatre puis tranché.



Les oignons tranchés en longs filaments vont aider à soutenir le Pain de Viande plus fermement. **(Voir Photo # 1)**

Premièrement bien mélanger seulement la viande et les Oignons avec vos mains dans un grand bol. Mélanger le plus rapidement que possible pour ne pas trop réchauffer la viande avec vos mains.

Maintenant ajouter y le mélange que vous aviez fait A l'étape # 1. Bien mélanger avec vos mains.

Après avoir fini de bien mélanger, transféré la viande dans un grand contenant rectangulaire et compresser la viande aussi compacté que possible et couvrir soit d'un papier cellophane ou d'aluminium et réfrigéré. La viande peut reposer au frigidaire pendant une heure pour absorber les liquides et épices. **(Voir Photo # 2)**

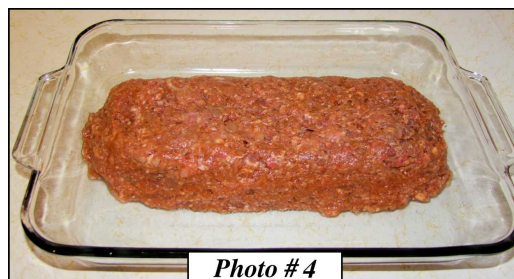


Étape # 3 - SAUCE POUR CUIRE LE PAIN DE VIANDE.

Ceci sera étendu sur le pain de viande juste avant la cuisson.

- 1 Can de Sauce Tomate Hunt's de 680 ml.
- ¼ C.A. Thé de Poivre Noir Moulue.
- ½ C.A. Thé de Sel.
- ¼ Tasse de Vin Rouge.
- ¼ C.A. Thé de Thym.
- 2 C.A. Thé de Sucre Brun.
- 1 C.A. Thé de Coriandre en flocons.
- 2 Pincées de Zest le Citron sec ou le jus de un Citron Frais. (Voir ma recette comment faire du Zest de Citron)

Bien mélanger et placer de côté pour l'instant. Ce mélange n'a pas besoin d'être froid.



Lorsque la viande est prête Pré Chauffer le four à 375 degré f. avant de continuer.

Étape # 4 - METHODE POUR LA CUISSON DU PAIN DE VIANDE.

Retirer la viande du Frigidaire et mélanger puis transféré la viande dans un moule a pain et bien le compacter aussi solidement que possible. (Voir Photo # 3) puis le renverser et le secouer pour le laisser tomber dans un plat pour cuisson au four en Pyrex rectangulaire de 11 par 15 pouces. (Voir Photo # 4)

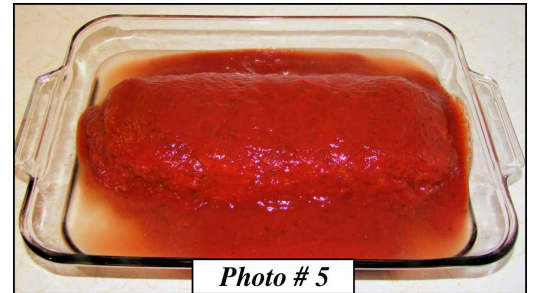


Photo # 5

Puis ajouter autour du Pain de viande une tasse d'eau. **Ne pas vider l'eau sur le Pain de Viande**, mais seulement autour du Pain de Viande.

Par la suite **Vider SUR le Pain de Viande la préparation que vous avez fait a l'Étape # 3.** (Voir Photo # 5)

Couvrir le plat de pyrex de papier d'aluminium aussi étanchement Que possible. (Voir Photo # 6)



Photo # 6

Le four devrait maintenant être chauffé à 375 degré F.

Cuire sur la grille du centre pendant une heure.

Après une heure enlever le papier d'aluminium et cuire pour un autre 30 minutes à 325 degré F.

Utiliser une grande cuillère ou une **Poire a Jus** → pour arroser le Pain de Viande a tout les 8 minutes jusqu'à ce que les 30 minutes soit écoulé.



Puis enlever et placer sur une surface froide et laisser Refroidir pour 10 minutes. Couper le pain de viande en deux pour faciliter le transfert dans l'autre plat.

Transféré le Pain de Viande hors de la sauce dans un autre plat pour servir ou pour laisser refroidir avant de le couper en tranches.

(Voir Photo # 7)

Agent Epaississant.

Mélanger ensemble 1/3 de tasse de farine blanche tout usage avec 3/4 de tasse d'eau.

Transvider la sauce de la cuisson à travers une passoire dans un pot de cuisson et chauffer a médium.

Après avoir obtenus un petit bouillonnement épaissir la sauce avec le mélange de farine eau. Passer aussi l'agent épaississant à travers une passoire avant de le vider dans la sauce.

Vider un peut de cette sauce sur les patates pilés et sur le Pain de Viande. (Voir Photo # 8)

Pour congelé le Pain de Viande je le coupe en tranches de 1 1/2 pouces d'épaisseur puis je les enveloppes dans le papier cellophane avec un peut de sauce sur la viande. Le reste du Pain de Viande je le congèle avec le reste de la Sauce.

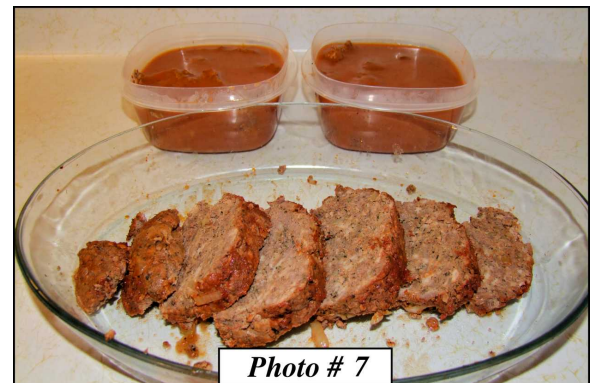


Photo # 7



Photo # 8

BON APPÉTIT.