

Barriga de porco crocante com salada de feijão e batatas fondant

Tempo total **270 Mins.** 60 Mins. Tempo de preparação **210 Mins.** Tempo de confecção **720 Mins.** Tempo de Espera

INGREDIENTES

10 Porções

Para a barriga de porco:

2 kg	de barriga de porco
50 g	de sal
1 litro	de caldo de galinha
100 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja</u> <u>Tamari Fermentado</u> <u>Naturalmente Isento de</u> <u>Glúten</u>
500 g	de chalotas, em fatias finas
20 g	de alho descascado
15 g	de farinha de milho
100 ml	de leite integral

Para a salada:

300 g	de feijão verde, aparado
300 g	de feijão vagem amarelo, aparado
300 g	de favas enlatadas (peso escorrido)
100 g	de cebola roxa, cortada em fatias finas
300 g	de peras, cortadas em fatias finas
120 ml	de azeite
80 ml	de vinagre balsâmico branco
60 g	de mostarda integral
60 g	de mel
	Sal
	Pimenta
5 g	de segurelha, lavada e arrancada

Para as batatas:

800 g	de batatas para assar,
--------------	------------------------

PREPARAÇÃO

Passo 1

Faça cortes em forma de cruz na pele da barriga de porco, com intervalos de 5 mm. Esfregue a pele com sal e coloque a carne no frigorífico durante a noite. No dia seguinte, lave o sal com água corrente.

Passo 2

Pré-aqueça o forno a 120 °C. Misture o caldo de galinha, o Molho de Soja sem Glúten Kikkoman, as chalotas e o alho numa caçarola. Coloque a barriga de porco no líquido, com a pele virada para cima, de modo a ficar meio submersa no líquido. Cozinhe no forno durante cerca de 3 horas.

Passo 3

Entretanto, cozinhe o feijão verde e o feijão vagem amarelo em água salgada abundante durante 4 a 5 minutos. Refresque em água muito fria e misture com as favas. Adicione as cebolas e as peras e reserve por alguns instantes.

Passo 4

Bata o azeite, o vinagre balsâmico, a mostarda e o mel até obter um vinagrete e tempere generosamente com sal e pimenta. Deite sobre a salada de feijão e misture bem. Adicione a segurelha mesmo antes de servir.

Passo 5

Para as batatas fondant, unte uma frigideira

100 g
500 ml
20 g
20 g

cortadas ao meio
de manteiga amolecida
de caldo de legumes
de alho descascado
de tomilho
Sal grosso

grande com manteiga e coloque as batatas com o lado cortado para baixo. Adicione o caldo de legumes, o alho e o tomilho. Cozinhe em lume brando durante cerca de 25 minutos, até o caldo evaporar e as batatas ficarem douradas. Tempere com sal grosso.

Passo 6

Retire a barriga de porco do líquido de cozedura e deixe arrefecer. Triture o líquido e passe por uma peneira fina. Misture a farinha de milho com um pouco de água e use para engrossar ligeiramente o molho. Adicione o leite e bata com uma varinha mágica. Divida a carne em porções e grelhe-a sob uma salamandra com um pouco do molho até ficar crocante.

Passo 7

Sirva a barriga de porco crocante com o molho, a salada de feijão e as batatas, decoradas com ervas frescas.