

# COLOMBO DE PORC (ANTILLES)

Février 2006 (Actualisé en décembre 2016)

## Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 800 g de porc (Échine, filet mignon, ...)
- ★ 1 aubergine
- ★ 1 courgette
- ★ 3 pommes de terre
- ★ 1 oignon paille
- ★ 2 citrons verts
- ★ 4 gousses d'ail
- ★ 3 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- ★ 2 cuillères à soupe d'épices à colombo
- ★ 1 cuillère à café de cumin en poudre
- ★ 2 feuilles de laurier
- ★ 1 branche de thym
- ★ 2 clous de girofle
- ★ 1 piment antillais frais
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Sauteuse, Saladier

Préparation : 15 mn

Marinade : 1 à 12h00

Cuisson : 45 mn

Difficulté : Moyenne

Coût (indicatif) : 9,00 € (soit 2,25 € par personne)



## Recette :

Couper la viande de porc en morceaux de 2 cm de côté. Mettre à mariner dans un saladier avec le jus d'un citron, le cumin en poudre, les clous de girofle, l'oignon haché, 2 gousses d'ail écrasées, 1 cuillère à soupe de colombo, sel, poivre et un peu de piment. Bien mélanger, couvrir d'un film alimentaire et mettre au réfrigérateur pour 1 à 2 heures, de préférence une nuit.

Laver l'aubergine et la courgette, les parer et les couper en cubes de 1,5 cm de côté. Peler les pommes de terre et les couper en dés. Dans une sauteuse, chauffer l'huile, ajouter les cubes de viande égouttés et cuire 5 minutes à feu moyen en tournant, verser la marinade filtrée et poursuivre la cuisson 5 minutes. Incorporer les dés de légumes, 2 gousses d'ail hachées, laurier, thym et couvrir d'eau chaude. Laisser mijoter à couvert et à feu doux 35 minutes. 5 minutes avant la fin de cuisson, ajouter le jus d'un citron et le colombo restant. Servir bien chaud. Accompagner ce plat de riz créole et de haricots rouges.

🔪 Le **colombo** désigne un mélange d'épices en poudre (voisin du curry indien) qui peut comprendre entre autres : coriandre, curcuma, piment, cumin, fenugrec, gingembre, cannelle, safran, moutarde, poivre, ail, muscade, ... On peut ajouter aux légumes, mangue verte, christophine, cives, ... La viande de porc peut être remplacé par du poulet. Utiliser le piment antillais avec parcimonie si l'on ne supporte pas la cuisine très épicée.

## Boisson :

Un rosé de Corse servi à 10°C. (\*)

(\*) **L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.**