

Pulled pork à l'Amer Michèle pour bao

🍴 4 portions · ⌚ prep. 15m · 🕒 cuisson 4h

🌾 gluten 🥛 soja 🐟 poisson

Effiloché de porc longuement braisé dans une marinade fusion : Amer Michèle (liqueur alsacienne aux plantes et écorces d'agrumes), sauce tsuyu, miel et bière lager. Le porc effiloché sert de farce à des baozi (bao chinois farcis avant cuisson vapeur). Cuisson lente du porc 4 h à 120 °C, marinade une nuit, montage des baozi en parallèle de la pousse de la pâte. À préparer la veille.

fusion / alsacienne / asiatique

INGRÉDIENTS

□ <i>epaule de porc desossée, une seule pièce, pas trop dégraissée</i>	500 g	□ <i>sauce soja, salée, type Kikkoman</i>	1/2 càs
□ <i>L'Amer Michele, liqueur alsacienne de la Distillerie Hagmeyer, 18% vol. — 5 à 8 cl selon force souhaitée</i>	60 ml	□ <i>bière lager, plutôt qu'une pils — éviter l'amertume qui s'ajouterait à celle de l'amer</i>	120 ml
□ <i>miel</i>	1/2 càs	□ <i>oignon rouge, ciselé finement</i>	1
□ <i>sauce tsuyu, ou sauce soja sucrée à défaut</i>	1 càs	□ <i>Pain mantou, farine, pour 12 baozi</i>	400 g

PRÉPARATION

— Marinade (la veille) —

1. Déposer *epaule de porc desossée* dans un plat allant au four ou une cocotte en fonte juste à sa taille.
2. Verser autour : *L'Amer Michele, miel, sauce tsuyu, sauce soja et bière lager*.
3. Ajouter *oignon rouge*.
4. Retourner la viande pour bien l'enrober. Couvrir et laisser mariner une nuit au réfrigérateur (8-12 h), en retournant 1-2 fois si possible.

Pourquoi l'Amer Michèle : la liqueur apporte une amertume agrume + plantes qui structure la marinade — un rôle proche de celui du daïdai (orange amère) dans certaines braises asiatiques, mais avec un accent alsacien. Dosage : 5 cl pour une note discrète, 8 cl pour une présence marquée.

Pourquoi le tsuyu : sauce japonaise à base de dashi, sauce soja et mirin. Apporte plus d'umami et de douceur qu'une sauce soja seule. À défaut, mélanger 1 cas de sauce soja + 1 cac de mirin + 1 pincée de bonito séchée.

— Cuisson —

5. Préchauffer le four à 120 °C (chaleur tournante ou statique).
6. Sortir le plat du réfrigérateur 30 minutes avant cuisson pour tempérer.

7. Couvrir hermétiquement (couvercle de cocotte, ou plat + papier sulfurisé + papier alu).
8. Enfournier pour 4 heures à 120 °C. La viande doit se défaire à la fourchette sans résistance. Si elle résiste encore, prolonger de 30 minutes (les épaules varient).

Pourquoi 120 °C et pas 160 °C : la cuisson basse température (110-130 °C) fond le collagène en gélatine sans dessécher la chair. À 160 °C les fibres se contractent et peuvent rendre la viande sèche, même couverte. La marge de sécurité est bien plus grande à 120 °C — 30 minutes de trop ne ruinent pas le plat.

— Effilochage et réduction —

9. Sortir la viande sur une planche, réserver tout le jus de cuisson dans une casserole.
10. Effiloche l'épaule à l'aide de deux fourchettes (ou aux doigts si supportable — la viande reste très chaude longtemps). Séparer en filaments grossiers, jeter les rares morceaux de gras non fondu.
11. Pendant ce temps, réduire le jus à feu vif dans la casserole jusqu'à consistance nappante (10 minutes, selon le volume). Le jus doit rester légèrement fluide, pas sirupeux — il doit napper sans figer.
12. Goûter et ajuster : si trop salé, ajouter un peu d'eau ; si trop fade, une pointe de miel ou de tsuyu.

— Farce —

13. Mélanger l'effiloché avec environ les 2/3 du jus réduit dans un grand bol. La farce doit être bien imprégnée et humide, sans être détrempée — si elle suinte trop, la pâte des baozi ramollit au pliage. Réserver le reste du jus pour servir à côté.
14. Laisser tiédir à température ambiante avant d'utiliser pour farcir (une farce brûlante colle aux doigts et fait éclater la pâte).

— Façonnage des baozi —

15. Préparer la pâte Pain mantou : démarrer la pousse 3 h avant le service (ou pendant la cuisson du porc).
16. Suivre les étapes de façonnage de Pain mantou — version farcie : aplatir chaque portion en disque de 10 cm (plus épais au centre, plus fin sur les bords), déposer une cuillère à soupe bombée de farce au centre, refermer en pinçant les bords en torsade pour bien sceller.

Choix du bao : la version Pain mantou (épurée, plus dense) est mieux adaptée à la farce sauceuse de l'effiloché. La version Pain bao cantonnais (moelleuse, sucrée) marche aussi mais peut paraître trop riche en bouche.

— Cuisson vapeur —

17. Suivre la technique « Cuisson du pain bao à la vapeur » — compter 15 minutes (baozi mantou farcis, plus denses que les bao cantonnais).
- Service —
18. Servir les baozi chauds, directement dans le panier vapeur posé à table. Accompagner d'un petit bol de jus de braise réservé pour saucer.
19. Quelques rondelles de concombre, ciboule émincée et coriandre fraîche en accompagnement frais, à picorer entre les baozi.

Variante style alsacien : ajouter à l'effiloché 1 cas de moutarde forte et quelques brins de choucroute crue rincée, pour assumer la fusion jusqu'au bout.

Variante style taïwanais : ajouter à l'effiloché 1 cas de cacahuètes torréfiées concassées et un peu de coriandre hachée avant pliage.

Variante gua bao (bao ouvert au service) : façonner la pâte en disques pliés en demi-lune (sans farce), cuire vapeur tels quels, puis ouvrir à table et garnir d'effiloché + concombre mariné + ciboule. Plus rapide à monter, moins traditionnel mais très visuel.

Conservation : 3 jours au réfrigérateur dans son jus. Excellent réchauffé doucement à la poêle ou au four à 100 °C couvert. Se congèle très bien jusqu'à 3 mois — décongeler une nuit au frais avant réchauffer.

Doser la marinade : la recette est calibrée pour 500 g d'épaule. Pour 1 kg, doubler tous les ingrédients de marinade sauf la bière (passer à 18-20 cl plutôt que 24). Pour 1,5 kg, multiplier par 2,5.