Pastrami basse température (au four)

Le Pastrami est une préparation réalisée à partir de poitrine de bœuf grasse. C'est une recette emblématique de la région de New York. Originaire d'Europe centrale, le Pastrami a franchi l'Atlantique dans la valise des immigrants. La viande est trempée dans de la saumure puis fumée à sec et préparée selon diverses recettes, à base de poivre ou coriandre par exemple.

Coupée après cuisson en tranches fines on en fait de délicieux sandwichs mais vous pouvez également accompagner cette viande d'une bonne salade, c'est divin.

Je vous en propose ma version que j'ai cuite bien sûr basse température au four pour obtenir une viande parfaitement cuite et délicieusement tendre…

Il faut également fumer la viande: il faut donc s'équiper au minimum d'un petit générateur de fumée et d'une cocotte (ou couscoussier ou barbecue avec couvercle).



Beaucoup d'entre vous, aviez émis le souhait d'être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » ,« Ma cuisine basse température, Best Of -Tome 4 » et enfin « Ma cuisine Basse Température, Best of – Tome 5 ».

Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez ici
- Pour le Tome 2, cliquez ici
- Pour le Tome 3, cliquez ici
- Pour le Tome 4 cliquez ici
- Pour le Tome 5 cliquez ici

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Ingrédients

- 700 g de poitrine de bœuf

Pour la marinade salée

- 3 dl d'eau
- 20 g de sel
- un centimètre de gingembre frais râpé
- 15 g de sucre
- 6 clous de girofle
- 3 feuilles de laurier coupées en morceaux
- une cuillerée à café de cardamome en poudre
- une cuillerée à café de poivre du timut moulu
- 3 gousses d'ail émincées
- 2 g de cannelle
- 30 grains de poivre noir
- 1 g de noix de muscade râpée
- une cuillerée à café de coriandre en grains
- 3 g de graines de moutarde
- si vous aimez les goûts bien épicés rajoutez 2 g de piment en poudre…

Pour le fumage

- deux cuillerées à soupe de grains de poivre de Jamaïque
- deux cuillerées de grains de coriandre
- de la sciure de fumage (hêtre par exemple)

Matériel et technique de fumage à froid

La préparation de ce plat nécessite de fumer à froid la viande. Le fumage est l'une des manières très saine de préparer des aliments, car il n'utilise ni graisse ni huile. Et il existe toute une variété de bois différents (chêne, érable, pommier, etc) pour varier les plaisirs! Vos aliments auront ainsi un délicat petit goût de fumé très particulier et bien plus fin que ce que vous pourrez trouver dans le commerce. Grâce à ce mode de fumage à froid vous allez pouvoir fumer un aliment **déjà cuit** ou séché ou saumuré comme des légumes, viandes, poissons, mais également du beurre et des fromages…Le fumage à froid s'effectue à température ambiante à moins de 30°C. Et l'opération s'effectue sans risque: vous allumez votre sciure de bois et les minuscules braises vont continuer à se consumer très lentement pendant une dizaine d'heures.

Au niveau matériel il vous faut vous équiper d'un **générateur de fumée**, sorte de petite spirale qui va contenir les braises de sciure de bois. Vous en trouverez facilement sur Internet. Puis il vous faut un contenant pour placer ce générateur de fumée et l'aliment qui doit être fumé. Pour cela deux solutions s'offrent à vous:

Soit vous possédez un barbecue , une cocotte avec suspensoir ou même un couscoussier: on dépose le générateur de fumée dans le fond de récipient puis il faut placer une grille au-dessus sur laquelle vous déposerez la viande. Il suffit de fermer **presque** hermétiquement avec un couvercle mais attention: il faut juste une petite circulation d'air pour alimenter la combustion en oxygène (petit trou ou couvercle pas tout à fait jointif). Donc à vous de trouver la bonne ouverture…

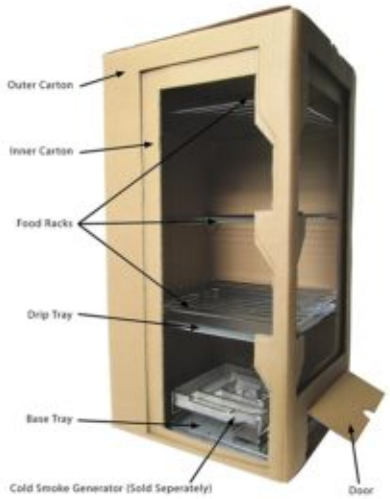
Vous pouvez trouver un générateur de fumée **en cliquant ici.**

Soit vous vous équipez du contenant qui complète le générateur de fumée: c’est un fumoir en carton qui a été conçu uniquement pour le fumage à froid . Il est facile à installer et à utiliser. Le corps principal est en carton: une fois monté, l’intérieur peut contenir deux grilles chromées et une plate pour la collecte de toute coulure (tout est fourni dans le même kit de montage). Il est pliable et réutilisable de nombreuses fois. Pour mieux comprendre voir les photos de l’ensemble ci-dessous.

Vous pouvez trouver le fumoir complet **en cliquant ici.**

Et bien sûr il vous faut de la sciure de bois de fumage: il en existe différentes essences (hêtre, pomme, chêne…). A vous de choisir!

Le fumoir en carton associé au générateur de fumée



fumoir

Préparation

- Préparer la marinade salée avec tous les ingrédients et versez-la dans une casserole. Amenez le tout à

ébullition et mélangez bien. Coupez le feu et recouvrez la casserole avec du film alimentaire: laissez infuser jusqu'à complet refroidissement. Le film alimentaire est utile car il va éviter la dispersion des arômes dans l'air…



Coupez le feu et recouvrez la casserole avec du film alimentaire

- Disposez votre viande dans un récipient : ce récipient ne doit pas être trop grand car **la marinade doit recouvrir entièrement la viande**. Filmez de nouveau et mettez au frais pendant 4 jours.



La marinade doit recouvrir entièrement la viande

- Au bout du quatrième jour sortez la viande de la marinade et **essuyez-la bien**. Enroulez la viande dans un

torchon et remettez-la au frigo pour la laisser sécher une journée au frigo. Elle doit être bien sèche pour pouvoir être recouverte des derniers épices (coriandre et poivre).

- Concassez le poivre de Jamaïque et la coriandre: si vous n’avez pas de mortier mettez-les dans un sachet plastic et écrasez-les avec un rouleau à pâtisserie.



Concassez le poivre de Jamaïque et la coriandre

- Recouvrez la viande avec le mélange d’épice et massez bien pour que les épices adhèrent.



Recouvrez la viande avec le mélange d’épice

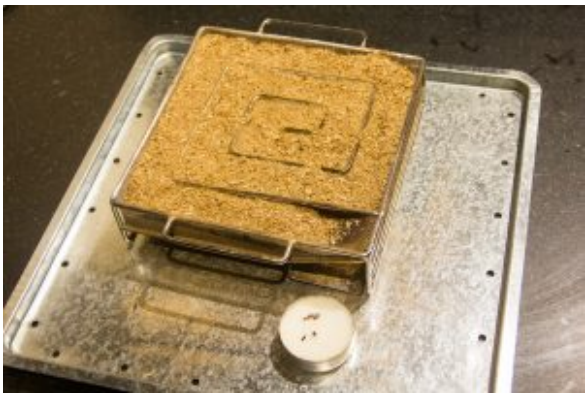
- Disposez la viande dans un plat et cuisez-la au four à 70° pendant 3h30. Si vous avez une sonde de cuisson n’hésitez pas à l’utiliser: la viande doit atteindre 59°

à cœur.



Disposez la viande dans un plat et cuisez-la au four à 70°

- Versez la sciure de fumage dans le générateur de fumée. Lissez bien le dessus de manière à voir le serpentin de la grille. Surtout ne tassez pas la sciure, sinon la combustion sera plus lente et peut même s’éteindre.



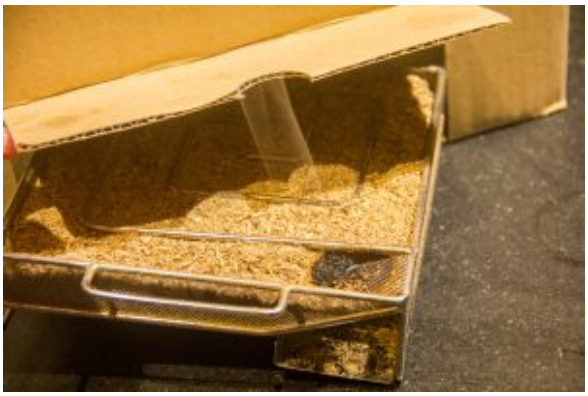
Versez la sciure dans le générateur de fumée

- Puis allumez la bougie et placez-la dans l’encoche sous la sciure; attendez une à deux minutes que la sciure commence à bien fumer.



Puis allumez la bougie et placez-la dans l'encoche sous la sciure; attendez une à deux minutes

- Si vous utilisez la boite en carton: dés que la fumée apparaît attendez encore 1 mn puis **ôtez la bougie** et placez le générateur de fumée dans la boîte en carton en le passant par l'encoche en bas du carton. Puis disposez la viande sur une grille à l'intérieur de la boite. Le fumage est léger mais constant. Fermez le carton et laissez fumer pendant le temps de la combustion (10 à 12 heures donc toute une nuit). Placez le carton dans votre cave ou balcon ou votre jardin…Le fumage entraîne une odeur assez forte qui peut imprégner les objets qui sont autour.



Placez le générateur dans la boîte en carton

- Si vous utilisez une cocotte ou un couscoussier ou un

barbecue: dés que la fumée apparaît attendez encore 1 mn puis **ôtez la bougie** et placez le générateur de fumée au fond de votre récipient.



Disposez d'abord votre générateur de fumée au fond du récipient

- Puis posez votre viande sur une grille. Placez la grille au-dessus de la spirale génératrice de fumée et légèrement surélevée dans la cocotte (couscoussier ou barbecue). Laissez fumer à couvert mais surtout **ne fermez pas complètement**: il faut qu'il y ait une circulation d'air pour que la braise ne s'éteigne pas. Donc posez un couvercle mais laissez assez d'espace pour que l'air se renouvelle…Cette méthode est un peu plus difficile à maîtriser que celle de la boite en carton qui est parfaitement adaptée à ce mode de cuisson…



Placez la grille dans la cocotte

- Le fumage terminé il ne restera plus qu’à la trancher au fur et à mesure de vos besoins…La viande se conserve quelques jours au frigo, enveloppée dans un linge propre.



Il ne restera plus qu’à la trancher au fur et à mesure de vos besoins

Servez-la avec des pickles, des cornichons, des tranches fines d’oignons rouges, de la moutarde, de la mayonnaise, en salade, en sandwich…



Pastrami basse température (au four)



Pastrami basse température (au four)