

## Les Miams de Ethic Valley – Sauté de porc aux 5 épices

Sur la route des épices...une recette simple d'inspiration asiatique... pour faire voyager nos papilles ...

Ingrédients pour 4 personnes : 800g de sauté de porc détaillés en morceau (pas trop gros) + 1 bouquet de coriandre frais + 1 oignon + 1 gousse d'ail + 100ml de sauce soja + 1 cuil. à soupe de curcuma Ethic Valley + 1 cuil. à soupe de cannelle en poudre Ethic Valley + 1 cuil. à soupe de poivre noir moulu Ethic Valley + 2 piments oiseaux Ethic Valley + 2 clous de girofle Ethic Valley + 2 cuil. à soupe de farine + 2 cuil. à soupe de sucre + ½ verre d'huile de pépin de raisins (ou olives)

Temps de préparation : 5-10min

Temps de cuisson : 20-30min

Préparation :

- ⇒ Faites chauffer l'huile avec les épices. Aux premiers bouillonnements, jetés les dés de porc, avec l'oignon et les 2 piments émincés et l'ail pressé. Faites revenir l'ensemble à feu très vif pendant 8 à 10min en remuant sans cesse le mélange à l'aide d'une cuillère en bois.
- ⇒ Ajoutez les 2 cuillères de farine, remuez deux minutes.
- ⇒ Ajoutez les 2 cuillères de sucre, les 100ml de sauce soja, remuez pendant 5min toujours à feu très vif.
- ⇒ Couvrez et laissez reposer pendant 10min
- ⇒ Servez à l'assiette ou dans un grand plat en décorant l'ensemble de coriandre frais.

Conseil : En garniture, un riz au safran ou au curcuma et poivre vert ... et pour la version plus light, des légumes sautés ou une purée de carotte ...

Bon appétit !!