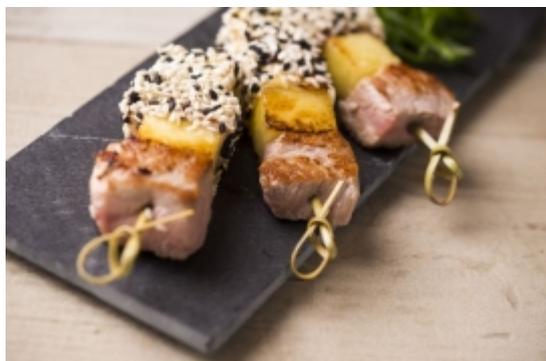


Brochette de filet de porc à la moutarde de Dijon et ananas aux arômes asiatiques

Recette pour 12 tapas



Description

Tendres lanières de filet de porc et cubes d'ananas frais marinées aux cinq épices chinois, lime, sauce soya et miel et saupoudrer de graines de sésame rôties à la sortie du four.

L'astuce du chef

L'ananas contient une enzyme, la papane, qui a la propriété d'attendrir la viande en fragmentant les protéines.

Ingrédients

Pour les brochettes de porc et ananas

- 300 Gr Filet de porc
- 200 Gr Ananas
- 5 Ml Cinq épices chinoises en poudre
- 15 Ml Huile de sésame grillé
- 1 Unité(s) Lime
- 30 Ml Sauce soya
- 60 Ml Moutarde de dijon

Pour la finition

- 50 Ml Miel
- 25 Gr Graines de sésame

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**
- Temps de repos **120 mins**

Mise en place

Coupez le filet de porc en fines lanières. Coupez les ananas en cubes de 1,5 cm. Pressez la lime pour en récupérer le jus. Faites rôtir les graines de sésame au four 3-4 minutes ou jusqu'à ce qu'elle soient dorées et odorantes.

Préparation des brochettes

Dans un petit bol, mélangez l'huile de sésame, la sauce soya, le cinq épice chinois, le jus de lime et la moutarde. Laissez mariner le porc et l'ananas dans ce mélange pendant 15 minutes à 2 heures au réfrigérateur. Bien égoutter la marinade. Enfilez les lanières de porc sur les pics à brochette en bambou et terminez avec un ou deux cubes d'ananas. Faites cuire vos brochettes au four ou au BBQ pendant 6-8 minutes pour une cuisson rosée.

Dressage de vos tapas

Arrosez les brochettes d'un filet de miel et saupoudrez-les de graines de sésame rôties avant de les poser sur un plat de service.

Bon appétit!