

Temps de cuisson : 5 -8 heures

Temps de préparation : 15 minutes

Degré de difficulté : facile

Portion : 4



Filet de porc à l'asiatique

Ingrédients :

- 2 filets de porc
- 2 c. table d'huile
- 1/2 tasse de miel
- 1/4 tasse de sauce soya
- 1 c. table de sauce Worcestershire
- 3/4 tasse d'eau
- Le jus d'une lime
- 1 c. table de gingembre frais râpé
- 2 gousses d'ail, hachées
- Rondelle de lime, coriandre, graines de sésame

Marche à suivre :

1. Dans une poêle, saisir les deux filets de porc dans l'huile.
2. Saler et poivrer.
3. Dans un bol, mélanger le miel, la sauce soya, la sauce Worcestershire, l'eau, le jus de lime et le gingembre.
4. Déposer les filets dans la mijoteuse et verser la sauce dessus.
5. Cuire 4-6 heures à High ou 6-8 heures à Low.
6. Servir sur un lit de riz avec un légume sauté (fanons de betterave, épinards, choux chinois, bokchoy ou brocoli).

Source : <https://cinqfourchettes.com/2018/01/mijoteuse-meille...orc-a-lasiatique.html>