



Travers de Porc Marinés

de Miguel

Pour 4 personnes:

1.5 kg de travers de porc
3 c. s. de miel liquide
6 c. s. de sauce soja
3 c. s. d'huile d'olive
2 c. s. de vinaigre
4 gousses d'ail
1 c. café de coriandre
1 pincée de gingembre en poudre
4 cubes de bouillon de boeuf dégraissé
Poivre

Versez 2 litres d'eau dans une casserole, ajoutez les cubes de bouillon. Portez à ébullition. Plongez-y les travers de porc. Couvrir et laissez mijoter 15 min.

Délayez le miel dans le vinaigre, ajouter la sauce soja, l'huile et les gousses d'ail pressées, la coriander, le gingembre et le poivre.

Mettez les travers de porc dans cette préparation, bien mélanger et laissez au frigo quelques heures.

Egouttez les travers de porc, mettez-les sur le barbecue ou sous le grill du four, en les badigeonnant régulièrement de marinade.