



Filet de porc laqué



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

- 1 kilogramme de filet de porc
- 1 cuillère à soupe fleur de sel
- 1 noisette de beurre
- 5 centimètres de gingembre frais (frais, pelé et émincé)
- 4 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 4 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe jus de citron vert
- 2 cuillères à soupe de miel
- 2 cuillères à soupe de graines de sésame
- 3 brins de coriandre (of peterselie)

Méthode de préparation

- 1.** Préchauffez le four à 160 °C.
- 2.** Séchez les filets de porc avec du papier absorbant et saupoudrez-les de fleur de sel sur toute la surface.
- 3.** Faites chauffer une grande poêle (allant de préférence au four) et faites-y fondre une belle noix de beurre. Faites dorer la viande uniformément.
- 4.** Mélangez le gingembre avec le vinaigre balsamique, la sauce soja, le jus de citron vert et le miel. Badigeonnez la viande avec cette préparation et enfournez 12 minutes (éventuellement sur une lèchefrite). Retournez la viande à mi-cuisson et badigeonnez-la à nouveau.
- 5.** Sortez la viande du four. Laissez-la reposer pendant 10 minutes, légèrement couverte d'une feuille d'aluminium.
- 6.** Coupez-la en tranches et disposez-les sur un plat. Arrosez de jus de cuisson et parsemez de graines de sésame.