



Porc

# Porc au gingembre



**35 min** 15 min 20 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

**0**

RÉPOS

**441**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

## Ingrédients pour le porc

500 g **Echine de porc**  
15 g **Gingembre frais**  
3 **Oignon(s) nouveau(x)**  
1 c. à soupe **Miel**  
1 c. à soupe **Sauce soja**  
50 g **Pois gourmands**  
1 **Gousse(s) d'ail**  
1 **Sel**  
1 c. à soupe **Huile de tournesol**

## Étape 1

Préparation des pois gourmands

- 1 Mettre une casserole d'eau à bouillir à feu vif.
- 2 Couper les pois gourmands.
- 3 Dès que l'eau arrive à ébullition, y plonger les pois gourmands et laisser cuire pendant cinq minutes.
- 4 Dès la fin de la cuisson passer les pois gourmands rapidement sous l'eau froide et réserver.

## Étape 2

Préparation des ingrédients

- 1 Couper l'échine de porc en tranches assez fines.
- 2 Couper le gingembre en tranches.
- 3 Eplucher et émincer finement les oignons nouveaux et l'ail.
- 4 Mélanger le miel et le soja dans un bol.

## Étape 3

Cuisson

- 1 Mettre l'huile dans une poêle à feu vif.  
Quand elle est chaude, ajouter l'huile, puis l'échine et le

- 2 gingembre. Faire colorer le tout assez rapidement.
- 3 Ajouter les 2/3 des oignons et de l'ail. Remuer, couvrir et baisser le feu, poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.
- 4 Monter à feu vif, ajouter le bol contenant le miel et le soja, remuer bien. Laisser caraméliser une minute.

#### **Étape 4**

##### Dressage

- 1 Ajouter les pois gourmands, mélanger.
- 2 Saupoudrer avec l'oignon et l'ail restant. Servir aussitôt.