



Viandes, poissons et oeufs
Porc caramélisé



15 min	5 min	10 min	0	292
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**ingrédients pour le porc
caramélisé**

500 g **Filet(s) de porc**
2 c. à soupe **Sucre
semoule**
1 c. à soupe **Cumin (en
poudre)**
1 c. à soupe **Huile
d'arachide**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation du porc caramélisé

- 1 A l'aide d'un couteau éminceur, découper la viande de porc en cubes. Réserver.
- 2 Tailler en morceaux peu épais mais assez larges pour une cuisson plus courte et une bonne caramélisation.
- 3 Mettre une poêle à chauffer sur feu vif et, dans un bol, mélanger le sucre et le cumin.
- 4 Quand la poêle est bien chaude, verser un filet d'huile d'arachide.
- 5 Passer les morceaux de porc rapidement dans le sucre au cumin puis les déposer dans la poêle chaude.
- 6 Saler la viande et laisser caraméliser sans remuer.
- 7 Quand les morceaux de porc sont bien caramélisés sur une face, les retourner et laisser cuire pendant encore quelques minutes sans remuer.
- 8 Quand la viande est cuite, la débarrasser dans un bol.