

Lanières de Porc Marinées et Salade Exotique

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- SAUTÉ(S) DE PORC	800g
- CUMIN EN POUDRE	1 c à café
- CORIANDRE EN POUDRE	2 c à café
- PIMENT DE CAYENNE	1/4 c à café
- PAPRIKA	2 c à café
- HUILE D'OLIVE	4-5 c à soupe
- ASSORTIMENT DE SALADES	
- POIVRON(S) ROUGE(S)	1
- OIGNON(S) ROUGE(S)	1
- MANGUE(S)	1
- AVOCAT(S)	1
- CITRON(S)	le jus d'1/2
- VINAIGRETTE BALSAMIQUE	Maison (DI-227)
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Coupez les sautés de porc en lanières et placez-les dans un plat creux.
- Ajoutez le cumin, la coriandre, le piment, le paprika et l'huile d'olive. Salez et poivrez. Mélangez et laissez mariner pendant 30 minutes.
- Entre temps, détaillez l'avocat en fines lamelles et citronnez-les. Réservez.
- Coupez la mangue en cubes et citronnez-les légèrement. Réservez.
- Emincez le poivron en lamelles.
- Coupez l'oignon en rondelles.
- Sur chaque assiette, dressez la salade nappée de vinaigrette puis déposez les lanières d'avocat et de poivron. Déposez ensuite quelques dés de mangues et les rondelles d'oignon.
- Faites alors revenir les lanières de porc marinées dans une poêle chaude en remuant de temps en temps. Salez et poivrez.
- Servez la viande avec la salade exotique et dégustez sans attendre.

Remarque:

Accompagnez de pommes de terre « grenaille » cuites à l'eau salée.