



Brochettes de porc aux fruits

Ingrédients

- 800 g de filet de porc ou de filet mignon de porc
- 3 bananes
- 18 tranches de bacon ou de lard fumé
- 10 cl d'huile
- 2 cuillères à café de cannelle
- 1 citron
- Sel, poivre

Matériel

- 6 grands piques à brochette
- 1 plat à gratin
- 1 planche à découper
- 1 couteau à découper
- 1 saladier
- 1 presse-citron
- 1 balance
- 1 verre mesureur

Technique

- Préchauffer le four thermostat 8.
- Couper le porc en morceaux de 3 cm de côté.
- Mélanger huile, cannelle, 1/2 cuillère à café de sel, du poivre et le jus de citron dans un saladier.
- Laisser mariner la viande dans ce mélange pendant 1/4 heure.
- Couper les bananes en 6 morceaux.
- Envelopper chaque morceau de banane d'une tranche de lard ou de bacon.

- Préparer les brochettes : un morceau de banane, deux morceaux de viande, un morceau de banane, deux morceaux de viande, un morceau de banane.
- Poser les brochettes sur les bords du plat à gratin.
- Cuire pendant 20 minutes au four.

Truc du chef

- Servir avec du riz créole auquel on ajoute une cuillère de safran après cuisson.

Suggestions

- On peut remplacer la banane par de l'anas.

