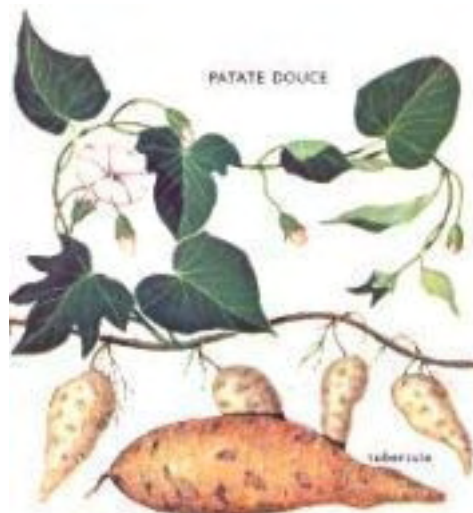


RECETTES DU MOIS



TRAVERS DE PORC CAMELISES ET PATATES DOUCES

Pour 6 personnes :

2kg de travers de porc, 6 patates douces, 1 bouquet garni, sel et poivre.

Marinade : 20cl de sauce soja, le jus d'un citron, 6 cuillères à soupe de miel liquide, 1 cuillère à soupe de paprika, 3 cuillères à soupe d'huile.

Plonger les travers de porc dans un faitout d'eau bouillante poivrée avec le bouquet garni – laisser frémir 1h30. Pendant ce temps, faire cuire les patates douces à l'eau frémissante salée 35 à 40 mn.

Préparer la marinade : dans un bol, émulsionner les ingrédients, poivrer et réserver.

Préparer le barbecue : Egoutter les patates, faites des papillotes en les enveloppant dans de l'aluminium et réserver. Egoutter les travers de porc, les badigeonner de marinade, couvrir d'un film plastique et laisser mariner 30mn.

Mettre les papillotes dans la cendre et faire cuire les travers 15 à 20mn sur la grille du barbecue en les retournant toutes les 5 mn.

Servir en accompagnant les patates douces de crème fraîche salée et poivrée, et de gingembre finement râpé.

Nicole LOCTIN

Vous pouvez lui adresser vos recettes :

Adresse de Nicole: 190, chemin des Fourneaux- Belmont d'Uriage - 38410 St Martin d'Uriage

