

Travers de porc marinés au BBQ



Pour 2 personnes :

500 g de travers de porc frais

Marinade : 3 CS de sauce soja + 1 CS de Cognac + 1 CC de maïzena + 1 CS de miel liquide + 1 CS de ketchup + 1 CC de sucre brun + 1 CC de paprika fumé + $\frac{1}{2}$ CC d'ail semoule

- *Personnellement, pour réduire le temps de cuisson, au BBQ et pour éviter que la marinade ne brûle et que la viande soit encore rosée (!!!), je précuits les travers au préalable. Ici, 5 minutes, dans la cuve remplie d'eau, au Cookeo (Mode Sous Pression).*
- Préparer la marinade, en mélangeant tous les ingrédients ensemble.
- Une fois la viande précuite et bien égouttée, la badigeonner au pinceau, avec la marinade, de tous les côtés. Réserver au frais et à couvert, pendant $\frac{1}{2}$ heure environ.
- Faire cuire les travers, au BBQ (ou à la plancha) selon votre mode de cuisson habituelle et au goût.
- Déguster avec les doigts !!!

BBQ
sandra