

Brochette de Porc au chorizo

Plat chaud



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :15 min

Temps de cuisson/repos :20 min

Calories par portion : 324.75 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 400.0 gr filet mignon Porc
- 200.0 gr Chorizo
- 1.0 cc Coriandre
- 1.0 cc Cumin
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre

Préparation viande :

Couper le filet mignon en tranche épaisses (environ 1.5cm). Couper le chorizo en tranche épaisses aussi. Dans un bol, mélanger les épices et passer les morceaux de porc dedans.

Réalisation des brochettes :

Sur des pics à brochette, alterner les morceaux de filets mignon et le chorizo.

Cuisson :

Sur un barbecue, cuire les brochettes (ou dans une poêle avec un peu d'huile d'olive) pendant une vingtaines de minutes.

Présentation :

A Proposer avec un salade de carottes.