

Pièces de Pluma Marinées et Laquées

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 2 heures

Ingrédients:

- PLUMA (PORC) NATURE	3-4 morceaux
- SAUCE SOJA SUCRÉE	2 c à soupe
- VINAIGRE BALSAMIQUE	1 c à soupe
- SAUCE HOISIN (CHINOIS)	2 c à soupe
- MIEL	1 c à soupe
- ROMARIN	
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Dans un plat, mélangez la sauce soja avec le vinaigre, le miel liquide et la sauce hoisin. Salez un peu et poivrez.
- Effeuillez le romarin et ajoutez-le à la marinade.
- Badigeonnez vos pièces de porc avec la marinade et réservez au frais au moins 1h30min.
- Saisissez les morceaux de pluma sur une plancha bien chaude. Nappez-les continuellement de marinade au cours de la cuisson.
- Servez avec un brin de romarin et un tour de moulin à poivre si nécessaire.

