



🕂 Difficulté : Facile 🍑 Temps de préparation : 5 minutes 🚨 Temps de cuisson : 15 minutes



BROCHETTE DE FILET DE PORC MARINÉE À LA PROVENÇALE ET RIZ DE CAMARGUE

Un plat simple et savoureux où la brochette marinée, tendre et parfumée, s'accorde parfaitement avec le riz de Camarque.

• Les Brochettes de Filet de Porc sont sélectionnées par Didier de la Ferme du Cantal, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.

LES INGRÉDIENTS



1 Brochette de filet de Porc mariné provençal 200ars



LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile d'olive



Sel et Poivre

L'ÉQUIPEMENT

2 poeles,

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Dans une casserole d'eau bouillante salée, faites cuire le riz 12mn. Egouttez et Réservez avec un filet d'huile d'olive.

ETAPE 2

Dans une poêle chaude, feu moyen vif, déposez les brochettes sans trop les serrer. Faites cuire 3/4 minutes en les retournant régulièrement pour une cuisson uniforme. Vérifiez que la viande est bien cuite à cœur (plus de jus rosé, chair blanche et ferme). Vous pouvez défaire les brochettes pour les faire cuire plus facilement.

ÉTAPE 3

Servez le tout et dégustez.



CONSEILS ET ASTUCES

Alternative cuisson au four :

- Préchauffez à 200°C (chaleur tournante).
- Disposez les brochettes sur une plaque recouverte de papier cuisson.
- Enfournez pour environ 20 minutes, en les retournant à mi-cuisson.