



BONJOUR

PORC ADOBO

Un porc d'inspiration mexicaine mariné dans du jus de lime et du vinaigre et parfumé d'ail.

TEMPS: 30 MIN



Filet de porc



Tortillas de blé,
15 cm



Tomatille



Avocat



Lime



Ail



Fromage feta,
émietté



Assaisonnement
mexicain



Coriandre



Échalote



Vinaigre de
vin blanc

SORTEZ

- Petite casserole
- Tasses à mesurer
- Petits bols (2)
- Cuillères à mesurer
- Essuie-tout
- Sucre (1 ½ c. à thé | 3 c. à thé)
- Grand bol
- Zesteur
- Presse-ail
- Grande poêle antiadhésive
- Sel et poivre
- Huile d'olive ou de canola

INGRÉDIENTS

2 pers | 4 pers

- Filet de porc 340 g | 680 g
- Tortillas de blé, 15 cm 1,4,9 6 | 12
- Tomatille 113 g | 227 g
- Avocat 1 | 2
- Lime 1 | 2
- Ail 6 g | 12 g
- Fromage feta, émietté 2 ¼ tasse | ½ tasse
- Assaisonnement mexicain 1 c. à table | 2 c. à table
- Coriandre 7 g | 14 g
- Échalote 100 g | 200 g
- Vinaigre de vin blanc 9 2 c. à table | 2 c. à table

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

- 0 Fish/Poisson
- 1 Wheat/Blé
- 2 Milk/Lait
- 3 Egg/Oeuf
- 4 Soy/Soja
- 5 Tree Nut/Noix
- 6 Mustard/Moutarde
- 7 Peanut/Cacahuète
- 8 Sesame/Sésame
- 9 Sulphites/Sulfites
- 10 Crustacean/Crustacé
- 11 Shellfish/Fruit de Mer

*Wash and dry all produce.

**Cook to a min. internal temp. of 71°C/160°F.



BON DÉPART

À l'étape 5, réchauffer les tortillas en les enveloppant dans des essuie-tout et en les mettant au micro-ondes de 30 à 45 secondes, jusqu'à ce qu'elles soient souples (cette étape est facultative!).



1 MARINER LE PORC Laver et sécher tous les aliments.*

Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Zester et presser la **moitié** de la **lime**, puis couper le **reste** en quartiers. Sécher le **porc** avec un essuie-tout, puis le couper en rondelles de 1,25 cm (½ po). Dans un grand bol, ajouter le **porc**, le **zeste de lime**, l'**assaisonnement mexicain**, la **moitié** de l'**ail** et la **moitié** du **jus de lime**. **Poivrer**. Bien mélanger et réserver.



4 MARINER LES ÉCHALOTES Dans une petite casserole à feu moyen, ajouter les **échalotes**,

1 c. à table de **vinaigre** (dbl pour 4 pers), **¼ tasse** d'**eau** (dbl pour 4 pers), **1 c. à thé** de **sucre** (dbl pour 4 pers) et **½ c. à thé** de **sel** (dbl pour 4 pers). Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les échalotes soient légèrement croquantes, de 3 à 4 min. Dans un autre petit bol, ajouter les **échalotes** (avec leur **marinade**). Réserver au réfrigérateur.



2 PRÉPARATION Peler, puis émincer l'**échalote**.

Hacher grossièrement la **coriandre**. Hacher finement la **tomatille**. Peler et dénoyauter l'**avocat**, puis le couper en bouchées moyennes.



5 CUIRE LE PORC ADOBO Dans une grande poêle anti-adhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis le **porc**.

Saisir jusqu'à ce qu'il soit brun doré et entièrement cuit, de 2 à 3 min par côté. (**ASTUCE**: cuire à une température interne minimale de 71°C/160°F.**)



3 FAIRE LA SALSA Dans un petit bol, ajouter l'**avocat**,

la **tomatille**, la **moitié** de la **coriandre**, le **reste** du **jus de lime**, **¼ c. à thé** d'**ail** (doubler pour 4 pers) et **½ c. à thé** de **sucre** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger, puis réserver.



6 FINIR ET SERVIR Répartir les **tortillas** dans les assiettes. Garnir de **porc**, d'**échalotes marinées** et de **salsa**.

Couronner de **feta** et du **reste** de **coriandre**. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

WOW !

Les tomatilles, avec leur goût aigre-doux, sont parfaites pour la salsa!