

GRILLADE DE PORC AUX EPICES

- **Type de plat** : Plat principal
- **Difficulté** : Très facile
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 5 min
- **Temps de cuisson** : marinade 4 heures
- **Pays** : France



Ingrédients pour 4 personnes

- 4 grillades de porc,
- 8 cuillères à soupe d'huile d'olive,
- 1 cuillère à soupe de cumin en poudre,
- 1 cuillère à soupe de paprika,
- sel, poivre,
- 1 branche de thym,
- 1 feuille de laurier.

Etapes de préparation

- 1) Mettre les épices et l'huile d'olive dans un plat creux.
- 2) Effeuille le thym et effriter la feuille de laurier avec les doigts au dessus du plat et mélanger.
- 3) Mettre les grillades dans la marinade et les retourner plusieurs fois pour bien les imprégner.
- 4) Saler légèrement, poivrer et laisser macérer pendant 4 heures environ au frais en retournant les grillades de temps en temps.
- 5) Faire cuire les grillades au barbecue ,sur une plancha ou au grill en les retournant à mi-cuisson.
- 6) Servir sans attendre.
- 7) Bon appétit.

