

Sauté de porc caramélisé et purée de patate douce

Difficulté : Facile

Préparation : 25 min / Cuisson : 30 à 35 min

Ingrédients pour 4 personnes :

2 patates douces

600 g de sauté de porc

4 cuil. à soupe d'huile d'olive

4 cuil. à soupe de sauce soja

2 cuil. à soupe de miel

1 oignon

Sel & poivre

Préparation :

Epluchez les patates douces et coupez les en petits cubes.

Plongez les dans une eau salée et faites les cuire 25 à 30 min.

Coupez le sauté de porc en cubes de 2 cm de coté.
Réservez.

Epluchez et taillez finement l'oignon. Réservez.

Dans une poêle chaude, faites colorer les morceaux de porc sur toutes leurs faces dans l'huile pendant 5 min.
Réservez les.

Faites y revenir l'oignon 2 min sur feu moyen en prenant soin de remuer régulièrement.

Ajoutez la sauce soja et le miel.

Grattez le fond de la poêle avec une cuillère en bois pour décoller l'ensemble des sucs de cuisson.

Ajoutez les cubes de porc et poursuivez la cuisson 10 min en mélangeant régulièrement pour les caraméliser.

Ecrasez la patate douce à la fourchette.
Ajustez l'assaisonnement si nécessaire

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!