

# Filet de porc teriyaki à l'air fryer

Ingrédients pour 4 personnes

1 gros ou 2 petits filet de porc

Pour la marinade :

60 ml (1/4 de tasse) de sauce soja foncée

2 cuil à soupe de cassonade

30 ml (2 cuil à soupe) de jus d'ananas

30 ml (2 cuil à soupe) de vinaigre de riz

2 cuil à thé d'ail haché

1 cuil à thé de gingembre frais, haché

1 cuil à soupe d'huile de sésame grillé

Préparation :

Dans un bol, mélangez tous les ingrédients de la marinade en remuant jusqu'à dissolution complète du sucre.

Déposez la viande dans un sac congélation.

Couvrez de marinade et placez au frais pendant 30 min à 4 h en la retournant une fois (voir une nuit complète serait encore mieux).

Préchauffez la friteuse à air à 375° (190°C)

Enlevez le ou les filets de porc de la marinade.

Vous pouvez conserver la marinade pour la faire bouillir et en faire une sauce, ou pas.

Cuire pour 12 à 15 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre au coeur du filet affiche 133°F (56°C).

Sortez les filets, déposez les sur une assiette et laissez reposer environ 5 min à couvert puis tranchez de belles tranches