

GRILLADES DE PORC AUX POIVRONS

Pour 4 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 20 min



100 à 150 g de grillade de porc (ou grillade de longe) par personne (tout dépend si les appétits sont plutôt carnivores...)

1 petit poivron vert ou rouge par grillade

1 tablette de bouillon de volaille dissous dans 250 ml d'eau bouillante (ça donnera un peu de sauce)

2 cuillères à soupe d'huile d'olive

- 1 Emincer la viande en bâtonnets de 2 - 3 cm de long.
- 2 Laver les poivrons, ôter les pédoncules, les couper en 4 et enlever les graines puis les détailler en lanières de la même taille que les bâtonnets de viande.
- 3 Dans une sauteuse, faire chauffer l'huile puis y faire revenir la viande sur toutes ses faces.
- 4 Ajouter les poivrons, saler légèrement (on peut même s'en passer car le bouillon de volaille apporte son quota de sel), poivrer et ajouter le bouillon dissous. Remuer.
- 5 Couvrir et faire cuire à feu doux jusqu'à ce que les poivrons soient cuits - mais pas délités ! - en remuant de temps en temps.
- 6 Servir avec le riz choisi.