



ÉMINCÉ DE LARD ET SAUCE SUCRÉE À L'INDONÉSIENNE

Accompagné de riz et d'oignons nouveaux croquants



Tranche de lard



Tomates cerises rouges ✨



Gousse d'ail



Riz basmati



Tomates cerises en boîte



Beurre de cacahuètes



Sauce soja



Oignons nouveaux ✨

 Total : 40 min.

 Facile

 Consommer dans les 3 jours

Ce soir, l'Asie s'invite dans votre assiette ! Cette recette à base de lard extrêmement tendre s'inspire du babi panggang indonésien, dont le nom signifie « porc grillé ». Composée entre autres de tomates, de beurre de cacahuètes et de sauce soja sucrée, la sauce vient divinement parfumer ce plat aux accents exotiques.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Sauteuse ou poêle profonde avec couvercle, casserole avec couvercle et poêle.

Recette d'émincé de lard et sauce sucrée à l'indonésienne : c'est parti !



1 PRÉPARER LE LARD

Coupez le **tranche de lard** en lanières d'environ 1 cm de large. Faites chauffer le beurre dans la sauteuse ou la poêle profonde à feu moyen-vif et faites cuire les lanières de lard 5 à 6 minutes. Pendant ce temps, coupez les **tomates cerises** en deux et écrasez ou émincez l'**ail**.



2 CUIRE LE RIZ

Portez une grande quantité d'eau à ébullition dans la casserole et faites cuire le **riz** 12 à 15 minutes à couvert, puis égouttez et réservez sans couvercle.



3 PRÉPARER LA SAUCE

Ajoutez les **tomates cerises fraîches**, les **tomates cerises en boîte**, le **beurre de cacahuètes**, le miel, l'**ail** ainsi que, par personne, 10 ml de **sauce soja** et ½ cs de sauce soja sucrée à la sauteuse contenant le lard. Portez à ébullition, couvrez et laissez mijoter 10 minutes. Remuez de temps en temps. Retirez ensuite le couvercle et poursuivez la cuisson 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que la sauce ait réduit 🍴.



4 COUPER LES OIGNONS NOUVEAUX

Pendant ce temps, coupez les **oignons nouveaux** en fines rondelles. Réservez un peu de vert pour la garniture.



5 CUIRE LES OIGNONS NOUVEAUX

Faites chauffer l'huile d'olive à feu vif dans la poêle et faites cuire les **oignons nouveaux** avec une pincée de sel pendant 3 à 4 minutes. Ils doivent être dorés et croquants.



6 SERVIR

Servez le **riz**. Versez le lard en sauce à moitié par-dessus, à moitié à côté, accompagnez-le des **oignons nouveaux** cuits et garnissez le riz avec les **oignons nouveaux** crus mis de côté.

🍴 **CONSEIL** : Si vous aimez le piquant, vous pouvez relever la sauce en ajoutant un peu de sambal ou de chili.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Tranche de lard (pc) *	1	2	3	4	5	6
Tomates cerises rouges (g) *	125	250	375	500	625	750
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Riz basmati (g)	85	170	250	335	420	505
Tomates cerises en boîte (boîte)	½	1	1½	2	2½	3
Beurre de cacahuètes (petit pot) 5) 22)	1	2	3	4	5	6
Sauce soja (ml) 1) 6)	10	20	30	40	50	60
Oignons nouveaux (pc) *	3	6	9	12	15	18
À ajouter vous-même						
Beurre (cs)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Miel (cc)	1	2	3	4	5	6
Sauce soja sucrée (ketjap manis) (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Huile d'olive (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Poivre et sel	Au goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	4077 / 975	637 / 152
Lipides total (g)	49	8
Dont saturés (g)	14,7	2,3
Glucides (g)	93	15
Dont sucres (g)	15,7	3,7
Fibres (g)	8	1
Protéines (g)	37	6
Sel (g)	2,5	0,4

ALLERGÈNES

1) Céréales contenant du gluten 5) Cacahuètes 6) Soja
Peut contenir des traces de : 22) Noix

📌 **CONSEIL** : Ce plat est plutôt calorique. Si vous surveillez votre apport, faites cuire tout le riz, mais ne servez que la moitié. Vous pourrez préparer un repas express avec l'autre le lendemain.

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !