

Filet de porc à la moutarde

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1 filet de porc de 500 g
- 3 c. à table de moutarde à l'ancienne
- 1 c. à table (15 ml) huile végétale
- 1 c. à table (15 ml) vinaigre de riz
- 2 c. à thé de cassonade tassée
- 2 c. à thé (10 ml) huile de sésame
- 1/4 c. à thé de sel – 1/4 c. à thé de poivre noir du moulin
- 2 gousses d'ail hachées finement



PRÉPARATION

Couper le filet de porc en deux sur la longueur jusqu'à environ 1 cm du bord (ne pas couper complètement). Ouvrir à la manière d'un livre. Dans un grand plat en verre peu profond, mélanger la moutarde, l'huile végétale, le vinaigre de riz, la cassonade, l'huile de sésame, le sel, le poivre et l'ail. Réserver 2 c. à table (30 ml) de la marinade. Ajouter le filet de porc dans le plat et le retourner pour bien l'enrober. Laisser mariner pendant 10 minutes au réfrigérateur. Régler le barbecue au gaz à puissance moyenne. Mettre le filet de porc sur la grille huilée du barbecue, fermer le couvercle et cuire pendant environ 15 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit doré à l'extérieur. (retourner le filet à la mi-cuisson et le badigeonner de la marinade réservée).

Mettre le filet de porc sur une planche à découper et le couvrir de papier d'aluminium, sans serrer. Laisser reposer pendant 5 minutes, puis couper en tranches.