

Côtes de porc au curry et au miel

4 pers 06 mn

Les **ingrédients**

- Côte de porc - 4 pièces
- Miel - 4 c. à s.
- Huile d'olive - 2 c. à s.
- Curry en poudre - 2 c. à s.
- Jus de citron - 2 c. à s.
- Sel fin - 1 pincée
- Poivre moulu - 1 pincée

La **recette**

Etape 1

Mélanger l'huile d'olive, le miel, le jus de citron et les épices dans un bol pour obtenir une sauce.

Etape 2

Faire cuire les côtes de porc 5 minutes de chaque côté dans une poêle à feu vif.

Etape 3

Arroser la viande avec la sauce au miel.

Etape 4

Poursuivre la cuisson en retournant les côtes pendant 5 minutes pour bien les enrober et les cuire uniformément.

Etape 5

Servir avec une poêlée de légumes et du riz.