

# metro



## Sauté de porc et agrumes au wok

Évaluer cette recette ★★★★☆ 5 Votes



Sans Gluten



Sans Lactose

4 PORTIONS | 0:20 PRÉPARATION | 0:10 CUISSON | 0:30 TEMPS TOTAL

### Ingrédients

**340 g** (3/4 lb) Porc coupé en lanières

**5 ml** (1 c. à thé) Cumin

**5 ml** (1 c. à thé) Paprika

Sel et poivre

**60 ml** (4 c. à soupe) Huile d'olive

**1** Poivron rouge

**100 g** (3 1/2 oz) Fèves germées

**171 g** Feuilles d'épinards

**125 ml** (1/2 tasse) Pignons grillés ou amandes roties (facultatif)

### Préparation

Enrober les lanières de porc du mélange sec d'épices ; cumin, paprika, sel et poivre.

Faire chauffer le wok à feu vif.

Verser l'huile dans le wok, faire sauter le porc et le poivron.

Dès que le porc est cuit, ajouter les fèves germées, les épinards et les noix.

Ajouter un peu d'eau pour favoriser la vapeur.

Mélanger constamment pour que les épinards s'affaissent, environ 3 minutes et incorporer quelques quartiers d'agrumes à la toute fin.

Rectifier l'assaisonnement.

Décorer avec de la coriandre et servir immédiatement

Source : Académie Culinaire

### Accords vins et mets



#### Fruité et léger

Ces vins légers se reconnaissent à leurs arômes simples de fruits, leur sensation de fraîcheur et leur structure peu imposante. Ils doivent être consommés dans leur jeunesse.

---

Au goût quartiers d'agrumes, pelées à vif  
(suprêmes)

---

Au goût coriandre fraîche

---

---

## Accords bières et mets



### **Fruitée et onctueuse**

Appréciée pour son exotisme.  
Une bière au corps moyen avec des accents fruités et épicés qui offre une finale douce et un goût moyennement sucré.

---

## Mentions légales

### **Recettes sans gluten**

Assurez-vous de n'utiliser que des céréales, farines et féculés certifiées sans gluten et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

### **Recettes sans lactose**

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

**Metro Richelieu inc.**, ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.

---