

Recettes express 5/15

Accueil > Recettes express 5/15 > Recettes 5-15 > Soupers de semaine > Gyros au porc épicé

On cuisine le filet de porc sur le barbecue en 25 recettes

PRÉCÉDENTES



Gyros au porc épicé

⏪



PRÉPARATION
15 minutes

CUISSON
18 minutes

QUANTITÉ
4 portions

[Voir les valeurs nutritives](#)



filets de porc
500 g (environ 1 lb)

**assaisonnement pour
souvlaki**
15 ml (1 c. à soupe)

pains pita
4, sans pochette

tzatziki
160 ml (2/3 de tasse)

carotte
1, coupée en julienne

Un sandwich aux tranches de porc bien relevé rehaussé d'une rafraîchissante sauce tzatziki!

Prévoir aussi:

1 petit, émincé oignon rouge

Facultatif:

1/4, coupé en bâtonnets de concombre

Préparation

- 1 Préchauffer le barbecue à puissance moyenne-élevée.
- 2 Saupoudrer le filet de porc d'assaisonnement pour souvlaki.
- 3 Sur la grille chaude et huilée du barbecue, cuire le filet de porc de 18 à 20 minutes.
- 4 Retirer du feu. Laisser tiédir et émincer.
- 5 Tartiner les pitas avec le tzatziki, puis garnir de porc, de julienne de carotte, d'oignon rouge et, si désiré, de concombre. Rouler les pitas.

Idée pour accompagner



Salade de légumes grillés à la grecque

Préchauffer le barbecue à puissance moyenne-élevée. Dans un plateau en aluminium pour le barbecue, cuire 1 courgette émincée, 3 demi-poivrons de couleurs variées, 1 petit oignon rouge coupé en quartiers et 6 asperges. Dans un saladier, mélanger 60 ml (1/4 de tasse) d'huile d'olive avec 15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron et 30 ml (2 c. à soupe) d'origan haché. Saler et poivrer. Incorporer les légumes grillés coupés en morceaux et le contenu d'un pot de feta coupée en dés de 200 g.

© 2013 Éditions Pratico-Pratiques. Tous
droits réservés