



0510

## Brochettes de porc et sa marinade grecque

### INGRÉDIENTS

450 g de filet de porc coupés en cubes  
2 courgettes coupés en morceaux de 1 cm  
2 poivrons rouges coupés en morceaux  
1 poivron jaune coupé en morceaux  
2 oignons rouges coupés en morceaux

#### Marinade

6 c. à table d'huile d'olive  
2 c. à thé de zeste de citron  
6 c. à table de jus de citron  
3 c. à table de miel  
4 gousses d'ail hachées  
2 c. à thé de sel  
poivre  
2 c. à thé de moutarde de Dijon  
persil et origan frais



### PRÉPARATION

Faire tremper les brochettes de bois à l'avance.

Faire mariner les morceaux de porc et les légumes dans les 2/3 de la marinade. Conserver le reste pour badigeonner les brochettes durant la cuisson.

Enfiler les morceaux sur les brochettes. Un morceau de porc, oignon, courgettes; porc, oignon, poivron etc.

Cuire les brochettes sur le BBQ 10 minutes de chaque côté, Badigeonner du reste de la marinade après les premiers 10 minutes.

Cette recette provient du site "cookedandloved"

<https://www.cookedandloved.com/recipes/pork-kabobs/>

Plat principal

Catégorie

Porc

Sous-catégorie

20/06/2026/

Date

8

Portions

00:30

Préparation

00:20

Cuisson