**Travers de porc à la plancha**



*Ingrédients* : (pour 4 personnes)

- 1 kg de travers de porc  
- 1 oignon  
- 5 CàS de sauce soja  
- 3 CàS de miel liquide  
- 10 cl de vin blanc sec  
- 1 CàS de sauce Worcestershire  
- 2 CàS d'huile d'olive  
- Poivre

*Recette* :

Coupez l'oignon en lamelles. Dans un plat, déposez les travers de porc et l'oignon émincé. Versez la sauce soja, le vin blanc et le miel liquide sur les travers de porc. Poivrez. Recouvrez le plat de film alimentaire et laissez mariner pendant 2h au réfrigérateur.

Allumez votre plancha. Badigeonnez les travers de porc de marinade à l'aide d'un pinceau. Faites-les griller pendant 5 mn de chaque côté, jusqu'à ce qu'ils soient bien caramélisés.

Accompagnez les travers de porc de différentes salades (vertes, concombre, tomates).

***http://www.evacuisine.fr/***