

# Echine de porc au four



Pour 4 personnes :

800 g à 1 kg d'échine de porc

(avec os et couenne)

5 à 6 CS de sauce soja

Huile d'olive

10 cl d'eau

8 gousses d'ail

Poivre

\*\*\*\*\*

- Entailler la couenne de l'échine de porc, en losanges et badigeonner l'ensemble du morceau avec la sauce soja.
- Poser la viande dans un plat à four, l'entourer des gousses d'ail (on peut les garder entières ou les éplucher. Personnellement, je préfère les éplucher..), poivrer et arroser d'un peu d'huile d'olive.
- Verser un peu d'eau dans le plat (ce n'est pas indispensable, mais ça évite que ça brûle le fond du plat, si la viande ne rend pas assez de jus...).
- Enfourner dans un four préchauffé à 220°C pendant 40 minutes, en tournant régulièrement le morceau d'échine et baisser ensuite le four à 180°C, pour environ 1 heure. Ne pas oublier d'arroser la viande de temps en temps, pour la garder moelleuse.
- Surveiller en fin de cuisson, pour ne pas brûler le dessus de la viande, sinon, couvrir d'une feuille de papier alu.
- Déguster !!!

