

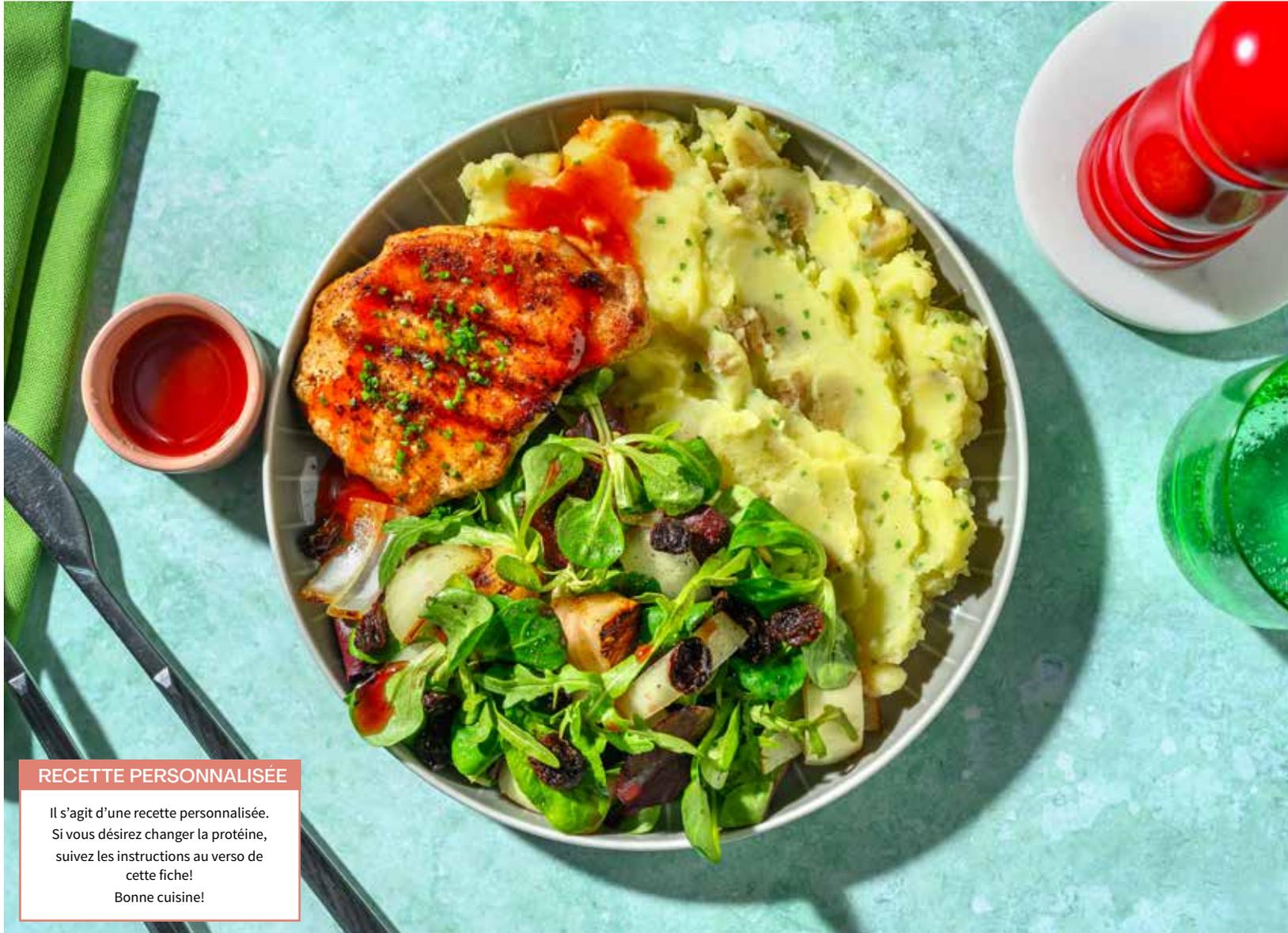
# Côtelettes de porc grillées à l'érable

avec écrasé de pommes de terre et salade printanière

Barbecue

Épicée

30 minutes



## RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.  
Si vous désirez changer la protéine,  
suivez les instructions au verso de  
cette fiche!  
Bonne cuisine!



Côtelettes de porc,  
désossées



Poitrines de poulet



Mélange d'épices  
sud-ouest



Sirop d'érable



Sauce piquante



Pomme de terre  
Russet



Ciboulette



Oignon jaune



Mélange printanier



Canneberges  
séchées



Vinaigre de vin rouge



Crème sure

BONJOUR SIROP D'ÉRABLE ÉPICÉ

Vous aimez le miel épicé? Voici une version véritablement canadienne de la fameuse combinaison sucrées-épicées!

## D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 260 °C (500 °F) à feu moyen-élevé.

Unités de mesure à chaque étape	<b>1 c. à soupe</b>	(2 c. à soupe)	<b>d'huile</b>
	2 personnes	4 personnes	Ingrédient

## Matériel requis

Bol moyen, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, grand bol, petit bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Poitrines de poulet*	2	4
Mélange d'épices sud-ouest	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sirop d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sauce piquante 🍷	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Ciboulette	7 g	14 g
Oignon jaune	113 g	227 g
Mélange printanier	56 g	113 g
Canneberges séchées	¼ tasse	½ tasse
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Lait*	¼ tasse	½ tasse
Huile*		

Sel et poivre\*

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire le poulet et le porc jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 71 °C (160 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

♦ L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.



## Préparer

- Peler, puis couper l'**oignon** en quatre. (**REMARQUE** : Ne retirez pas le centre afin que l'oignon reste intact pendant la cuisson.)
- Couper les **pommes de terre** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Émincer la **ciboulette**.
- Dans un petit bol, mélanger le **sirop d'érable** et la **sauce piquante**. Réserver.
- Sécher le **porc** avec un essuie-tout.
- Dans un bol moyen, ajouter le **porc**, le **mélange d'épices sud-ouest**, ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sel** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. Remuer pour enrober, puis réserver.



## Assembler la salade

- Jeter la racine de l'**oignon**, puis le hacher grossièrement.
- Dans un grand bol, ajouter le **vinaigre**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**huile** et ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sucre**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier**, les **canneberges** et les **oignons grillés**. Bien mélanger.



## Commencer les pommes de terre

- Dans une grande casserole, recouvrir les **pommes de terre** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **pommes de terre**.

Si vous avez choisi les **poitrines de poulet**, les préparer et les faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour les **côtelettes de porc**.



## Terminer les pommes de terre

- Égoutter les **pommes de terre** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter la **moitié** de la **ciboulette**, ¼ tasse (½ tasse) de **lait** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis écraser grossièrement les **pommes de terre**. (**REMARQUE** : Un « écrasé de pommes de terre » n'est pas une purée lisse, il est normal qu'il y ait encore quelques morceaux.) **Saler et poivrer**, au goût.



## Griller le porc et les oignons

- Disposer le **porc** sur la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 5 à 6 min par côté, en retournant une fois, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit\*\*.
- Ajouter les **oignons** sur l'autre moitié de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 3 à 4 min, en retournant, jusqu'à ce que tous les côtés soient marqués.



## Terminer et servir

- Répartir le **porc**, la **salade** et l'**écrasé de pommes de terre** dans les assiettes. Arroser le **porc** d'un **filet de sauce piquante au sirop d'érable**. Parsemer du **reste** de la **ciboulette**.

Le souper, c'est réglé!