

Pork and Chicken Grill Pack

with Peppers, Corn and Zucchini

25 Minutes

Grill

Start here

Before starting, wash and dry all produce. Lightly oil the grill. While you prep, preheat the grill to 400°F over medium heat.

Bust out

Measuring spoons, paper towels, silicone brush

Ingredients

	4 Person
Chicken Breasts	2
Pork Chops, boneless	340 g
Zucchini	400 g
Sweet Bell Pepper	320 g
Corn on the Cob	2
BBQ Seasoning	2 tbsp
Oil*	2 tbsp
Salt and Pepper*	

* Pantry items

** Cook chicken and pork to minimum internal temperatures of 74°C/165°F and 71°C/160°F, respectively, as size may vary.

Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional information.

Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.



Grill chicken

- Pat **chicken** dry with paper towels.
- Season with **salt, pepper** and **1 tbsp BBQ Seasoning**, if desired.
- Add **chicken** to the grill. Close lid and grill, flipping once, until **chicken** is cooked through, 6-8 min per side.**



Grill peppers and zucchini

- Core, then quarter **peppers**.
- Halve **zucchini** lengthwise, then halve **each piece** lengthwise again. (**NOTE:** You should have 8 zucchini spears.)
- Brush **veggies** with **1 tbsp oil**. Season with **salt** and **pepper**.
- Add **peppers** and **zucchini** to the grill. Grill, flipping once, until tender-crisp, 5-6 min.



Grill pork

- Pat **pork** dry with paper towels.
- Season with **salt, pepper** and **1 tbsp BBQ Seasoning**, if desired.
- Add **pork** to the grill. Close lid and grill, flipping once, until **pork** is cooked through, 6-8 min per side.**



Grill corn

- Cut **each cob** in half crosswise.
- Brush **each cob** with **½ tbsp oil**.
- Add **corn** to the grill. Close lid and grill, turning occasionally, until **corn** is tender and grill marks form, 8-10 min.

Repas-grillade de porc et de poulet

avec poivrons, maïs et courgettes

25 minutes

Grillade

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 205 °C (400 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, essuie-tout, pinceau à pâtisserie en silicone

Ingrédients

	4 personnes
Poitrines de poulet	2
Côtelettes de porc, désossées	340 g
Courgette	400 g
Poivron	320 g
Épis de maïs	2
Assaisonnement BBQ	2 c. à soupe
Huile*	2 c. à soupe
Sel et poivre*	

* Essentiels à avoir à la maison

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

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.



Faire griller le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout.
- **Saler** et **poivrer**, puis saupoudrer de **1 c. à soupe d'assaisonnement BBQ**, si désiré.
- Disposer le **poulet** sur le gril. Fermer le couvercle du barbecue et faire griller de 6 à 8 min par côté ou jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit, en retournant une fois**.



Faire griller les poivrons et les courgettes

- Évider, puis couper les **poivrons** en quatre.
- Couper les **courgettes** en deux sur la longueur, puis couper **chaque morceau** sur la longueur à nouveau. (REMARQUE : Vous aurez 8 bâtonnets.)
- Badigeonner les **légumes** de **1 c. à soupe d'huile. Saler et poivrer.**
- Disposer les **légumes** sur le gril. Faire griller de 5 à 6 min ou jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants, en retournant une fois.



Faire griller le porc

- Sécher le **porc** avec un essuie-tout.
- **Saler** et **poivrer**, puis saupoudrer de **1 c. à soupe d'assaisonnement BBQ**, si désiré.
- Disposer le **porc** sur le gril. Fermer le couvercle et faire griller de 6 à 8 min par côté ou jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit, en retournant une fois**.



Faire griller le maïs

- Couper **chaque épis** en moitié sur largeur.
- Badigeonner **chaque épis** de **½ c. à soupe d'huile.**
- Disposer le **maïs** sur le gril. Fermer le couvercle du barbecue et faire griller de 8 à 10 min ou jusqu'à ce qu'il soit tendre et que des marques de grillades apparaissent, en tournant à l'occasion.