

Côtelettes de porc à la milanaise avec penne

35 minutes



Côtelettes de porc,
désossées



Mayonnaise



Chapelure italienne



Tomates broyées à
l'ail et aux oignons



Mozzarella, râpée



Pennes



Bébés épinards



Poivron

BONJOUR CHAPELURE ITALIENNE

Cette chapelure à base d'herbes est la panure salée parfaite!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (température élevée).
- Dans une grande casserole, ajouter 10 tasses d'eau et 2 c. à thé de sel (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, passoire, cuillères à mesurer, assiette creuse, papier d'aluminium, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Mozzarella, râpée	¾ tasse	1 ½ tasse
Pennes	170 g	340 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Poivron	160 g	320 g
Huile*		
Sel et poivre*		

*Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). 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.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Ajouter la **chapelure** dans une assiette creuse. Sécher le **porc** avec un essuie-tout. En maintenant le couteau parallèle à la planche à découper, couper **chaque côtelette de porc** en son centre, en laissant 1,25 cm (½ po) intact à l'autre extrémité. Ouvrir le **porc** comme un livre. **Saler** et **poivrer** les deux côtés. Enrober **chaque côtelette de porc** de **mayonnaise**. Presser fermement **une côtelette de porc** à la fois dans la **chapelure** pour recouvrir de tous les côtés.



Terminer le porc

Garnir le **porc** de ½ tasse de **tomates broyées** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis parsemer de la **moitié** du **fromage**. Faire griller au **centre** du four de 4 à 6 minutes, jusqu'à ce que le **fromage** soit doré et que le **porc** soit entièrement cuit**.



Commencer le porc

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **2 c. à soupe d'huile** puis le **porc**. Faire poêler de 3 à 4 minutes par côté, jusqu'à ce qu'il soit doré. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, faire poêler le porc en plusieurs étapes, en utilisant 2 c. à soupe d'huile chaque fois.) Transférer le **porc** sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. (**REMARQUE** : Le porc finira de cuire à l'étape 4.) Essuyer la poêle soigneusement.



Préparer la sauce

Pendant que le **porc** grille, faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **poivrons**. **Saler** et **poivrer**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **poivrons** ramollissent légèrement. Réduire à feu moyen, puis incorporer l'**eau de cuisson réservée** et le **reste** des **tomates broyées**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Faire cuire les penes

Pendant que le **porc** cuit, ajouter les **pennes** à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire à découvert de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres. Réserver ¼ tasse d'**eau de cuisson** (doubler la quantité pour 4 personnes), égoutter les **pennes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



Terminer et servir

Ajouter la **sauce** et les **épinards** dans la casserole, puis bien mélanger. Répartir les **pennes** et le **porc** dans les assiettes. Parsemer les **pennes** du **reste** du **fromage**.

Le repas est prêt!