



# Côtelettes de porc italiennes

avec haricots blancs et gremolata au basilic

VARIÉTÉ 35 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.  
Bon appétit!



Côtelettes de porc



Haricots blancs



Tomates cerises



Citron



Basilic



Assaisonnement italien



Concentré de bouillon de légumes



Ail



Persil



Fromage parmesan



Mirepoix

**BONJOUR HARICOTS BLANCS!**

*Des haricots crémeux provenant de l'Italie... bellissimo!*

## COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 425 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

### Sortir

Grande poêle antiadhésive, grand bol, tasses à mesurer, essuie-tout, microplane/zesteur, petit bol, cuillères à mesurer, plaque à cuisson

### Ingrédients

	2 pers	4 pers
Côtelettes de porc	340 g	680 g
Haricots blancs	398 ml	796 ml
Tomates cerises	113 g	227 g
Citron	1	2
Basilic	7 g	14 g
Assaisonnement italien	1 c. à table	2 c. à table
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Ail	6 g	12 g
Persil	7 g	14 g
Fromage parmesan	¼ tasse	½ tasse
Mirepoix	113 g	227 g
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Pas inclus dans la boîte.

\*\* Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F; la taille affecte le temps de cuisson.

### Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

*Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.*

### Nous joindre

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



## 1. PRÉPARATION

Zester, puis presser le **citron**. Couper les **tomates** en deux. Peler, puis émincer l'**ail**. Sécher les **côtelettes de porc** avec un essuie-tout et **saler**. Dans un grand bol, ajouter le **porc**, **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), **la moitié** du **zeste de citron** et **la moitié** de l'**assaisonnement italien**. Bien mélanger.



## 4. FINIR LE RAGOÛT

Dans la même poêle, ajouter les **tomates**, l'**ail**, **¼ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers), les **haricots blancs** et leur **liquide**, **le reste** d'**assaisonnement italien** et le **concentré de bouillon**. Baisser à feu moyen et cuire en remuant souvent jusqu'à ce que le **ragoût** épaississe, de 6 à 7 min.



## 2. COMMENCER LE PORC

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter le **porc**. Poêler jusqu'à ce qu'il soit doré, de 2 à 3 min par côté. Lorsque le **porc** est doré, le transférer sur une plaque à cuisson et rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit, de 10 à 12 min.\*\*



## 5. PRÉPARER LA GREMOLATA

Hacher finement le **persil** et le **basilic**. Dans un petit bol, mélanger le **basilic**, le **persil**, le **jus de citron**, **1 c. à table** d'**huile**, **¼ c. à thé** de **sel** (doubler le sel et l'huile pour 4 pers) et **le reste** de **zeste de citron**. Réserver.



## 3. COMMENCER LE RAGOÛT

Pendant que le **porc** cuit, mettre **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers) dans la même grande poêle à feu moyen, puis ajouter la **mirepoix**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'elle ramollisse, de 4 à 5 min.



## 6. FINIR ET SERVIR

Couper le **porc** en tranches fines. Répartir le **ragoût de haricots** dans les assiettes, puis napper de **la moitié** de la **gremolata** et saupoudrer de **parmesan**. Garnir de **porc** et napper **du reste** de **gremolata**.

## Le souper, c'est réglé!