

# Côtelettes de porc à la mode du Sud

avec sauce BBQ blanche, maïs au beurre et pommes de terre croustillantes

Épicée (au goût) 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



Bifteck de surlonge



Maïs en conserve



Pomme de terre à  
chair jaune



Poivre noir concassé



Mayonnaise



Purée d'ail



Moutarde de Dijon



Persil



Raifort

BONJOUR SAUCE BBQ BLANCHE

Mayonnaise et raifort s'unissent dans cette sauce BBQ inspirée du Sud!

## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

### Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :

- Doux : 1/8 c. à thé
- Moyen : 1/4 c. à thé
- Épicé : 1/2 c. à thé
- Très épicé : 1 c. à thé

## Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, papier parchemin, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout, tamis

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Bifteck de surlonge	340 g	680 g
Mais en conserve	1/2 boîte	1 boîte
Pomme de terre à chair jaune	360 g	720 g
Poivre noir concassé 🌶️	1/4 c. à thé	1/4 c. à thé
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde de Dijon	1 1/2 c. à thé	3 c. à thé
Persil	7 g	14 g
Raifort	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sucre*	1/4 c. à thé	1/2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire le porc jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et les steaks jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour un steak médium-saignant. 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 rejoindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



## Faire rôtir les pommes de terre

- Couper les **potatoes** en rondelles de 0,5 cm (1/4 po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.).
- **Salier** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Disposer le tout en une seule couche. Faire rôtir au **centre** du four de 25 à 28 min ou jusqu'à ce que les **potatoes** soient dorées.



## Terminer le porc

- Lorsque le **porc** est cuit, retirer la poêle du feu et transférer le **porc** dans une assiette.
- Badigeonner de la **moitié** de la **sauce BBQ blanche**.
- Couvrir pour garder chaud.
- Essuyer la poêle soigneusement.



## Préparer la sauce BBQ blanche

- Entre-temps, fouetter dans un bol moyen la **mayo**, la **moutarde de Dijon**, **1 c. à thé** de **raifort**, **1/4 c. à thé** de **sucre** (doubler les quant. pour 4 pers.) et **1/4 c. à thé** de **poivre noir concassé**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Réserver.
- Hacher grossièrement le **persil**.



## Faire cuire le maïs

- Égoutter et rincer le **maïs**, puis le sécher avec un essuie-tout.
- Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler pour 4 pers.) et faire fondre en tournant pendant 30 s.
- Ajouter la **purée d'ail** et la **moitié** du **maïs** (tout le maïs pour 4 pers.). Faire cuire de 2 à 3 min ou jusqu'à ce que le **maïs** soit bien chaud, en remuant à l'occasion. **Salier** et **poivrer**.
- Incorporer la **moitié** du **persil**.



## Faire cuire le porc

- Sécher le **porc** avec un essuie-tout, puis **salier** et **poivrer**.
- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.), puis le **porc**. Faire poêler de 4 à 6 min par côté ou jusqu'à ce qu'il soit doré et entièrement cuit\*\*.

Si vous avez choisi les **steaks**, les assaisonner en suivant les mêmes instructions que celles pour le **porc**. Ajouter **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.) à la poêle et faire poêler à feu moyen-élevé de 5 à 8 min par côté ou jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée\*\*.



## Terminer et servir

- Trancher le **porc**.
- Répartir le **porc**, le **maïs au beurre** et les **potatoes** dans les assiettes.
- Napper le **porc** de **tout** le **liquide de cuisson restant** dans l'assiette et du **reste** de la **sauce BBQ blanche**.
- Parsemer du **reste** du **persil**.

## Le souper, c'est réglé!