

Côtelettes de porc à la sauge et pommes rôties avec sauce aux oignons

30 minutes



Côtelettes de porc,
désossées



Sauge



Pomme Gala



Pomme de terre
Russet



Oignon jaune



Concentré de
bouillon de poulet



Carotte



Mélange d'épices
pour sauce brune



Sel d'ail



Gousses d'ail

BONJOUR SAUGE

Une herbe au feuillage duveteux qui est aromatique et savoureuse à souhait!

D'abord

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

Matériel requis

2 plaques à cuisson, épluche-légumes, cuillères à mesurer, papier parchemin, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Sauge	7 g	7 g
Pomme Gala	2	4
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Oignon jaune	113 g	113 g
Concentré de bouillon de poulet	2	4
Carotte	170 g	340 g
Mélange d'épices pour sauce brune	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Gousses d'ail	1	2
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** 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 rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Préparer et rôtir les légumes

- Peler, puis couper la **carotte** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po).
- Couper les **pommes de terre** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **carottes** et les **pommes de terre de 1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Poivrer** et assaisonner de **sel d'ail**, puis bien mélanger.
- Rôtir les **légumes** au **centre** du four de 25 à 28 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **carottes** et les **pommes de terre** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



4 Commencer la sauce

- Entre-temps, chauffer la même poêle à feu moyen.
- Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **oignons**, et le **reste** de la **sauge**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **oignons** soient dorés.
- Saupoudrer les **oignons** du **mélange pour sauce brune**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit enrobé.



2 Terminer la préparation

- Entre-temps, détacher les **feuilles de sauge** des branches, puis les hacher finement.
- Évider, puis couper les **pommes** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (1/4 po).
- Peler, puis hacher ou presser l'**ail**.



5 Terminer la sauce

- Dans la poêle contenant les **oignons**, ajouter l'**ail**, les **concentrés de bouillon** et **1 1/4 tasse d'eau** (doubler la qté pour 4 pers.) Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- **Saler** et **poivrer**, au goût.



3 Cuire le porc et les pommes

- Sécher le **porc** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**, puis assaisonner de la **moitié** de la **sauge**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1/2 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **porc** et les **pommes**. Poêler de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que le **porc** soit doré.
- Transférer le **porc** et les **pommes** sur une plaque à cuisson.
- Rôtir dans le **haut** du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit**.



6 Terminer et servir

- Trancher finement le **porc**.
- Répartir le **porc**, les **pommes** et les **légumes** dans les assiettes.
- Napper le **porc** de **sauce**.

Le souper, c'est réglé!