



Côtelettes de porc à l'ail coupe hôtel

avec sauce balsamique-bleuets

Deluxe

35 minutes



Côtelettes de porc
2 | 4



Pomme de terre à chair jaune
350 g | 700 g



Pois sucrés
113 g | 227 g



Petites tomates
113 g | 227 g



Échalote
1 | 2



Thym
7 g | 14 g



Gousses d'ail
2 | 4



Crème
113 ml | 237 ml



Fromage de chèvre
56 g | 113 g



Confiture de bleuets
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Vinaigre balsamique
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Sel d'ail
1 c. à thé | 2 c. à thé

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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



Faire bouillir les pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper les **potatoes de terre** en quartiers.
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes de terre** d'assez d'eau (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes de terre**.

4



Cuire les légumes

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **pois sucrés**. Cuire pendant 1 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pois sucrés** commencent à ramollir.
- Ajouter les **tomates**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pois sucrés** soient légèrement croquants et que les **tomates** commencent à éclater. **Saler** et **poivrer**, au goût.
- Transférer les **légumes** dans une assiette.

2



Préparer

- Entre-temps, parer les **pois sucrés**.
- Percer les **tomates** avec précaution à l'aide d'une fourchette.
- Peler, puis couper l'**échalote** en tranches de 0,3 cm (1/8 po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Détacher des **branches** les **feuilles de thym**, puis les hacher finement.
- Sécher le **porc** avec un essuie-tout. **Poivrer**, puis saupoudrer de la **moitié** du **sel d'ail**.

3



Cuire le porc

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **porc**. Saisir de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que le **porc** soit doré.
- Retirer du feu, puis transférer sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Rôtir dans le **haut** du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit**.
- Essuyer la poêle avec précaution.
- Laisser reposer le **porc** de 2 à 3 min sur une planche à découper propre.

5



Préparer la sauce

- Réduire à feu moyen.
- Ajouter dans la même poêle **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter les **échalotes**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **échalotes** ramollissent.
- Ajouter l'**ail**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- Ajouter la **confiture**, le **vinaigre**, la **moitié** du **thym** et **¼ tasse** (½ tasse) d'**eau**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

6



Écraser les pommes de terre et servir

- Lorsque les **potatoes de terre** seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter le **fromage de chèvre**, la **crème**, le **reste** du **thym**, le **reste** de **sel d'ail** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis écraser les **potatoes de terre** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Poivrer**.
- Trancher finement le **porc**.
- Incorporer le **jus de cuisson restant** dans la **sauce**.
- Répartir la **purée de pommes de terre**, les **légumes** et le **porc** dans les assiettes.
- Napper le **porc** de **sauce balsamique-bleuets**.

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



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.