

# Côtelettes de porc à l'oignon

avec écrasé de pommes de terre et salade au vinaigre balsamique

Rapido

25 minutes



Côtelettes de porc, désossées



Pomme de terre à chair jaune



Champignons



Oignon, en tranches



Tomate Roma



Bébés épinards



Crème



Concentré de bouillon de poulet



Mélange d'épices pour sauce crémeuse



Glaçage balsamique



Sel d'ail

BONJOUR SEL D'AIL

*L'ail ajoute du punch au sel régulier!*

## D'abord

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

## Matériel requis

Plaque à cuisson, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Pomme de terre à chair jaune	360 g	720 g
Champignons	113 g	227 g
Oignon, en tranches	113 g	227 g
Tomate Roma	80 g	160 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Crème	56 ml	113 ml
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Mélange d'épices pour sauce crémeuse	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire le porc 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



## Cuire les pommes de terre

- Couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** 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**.
- Égoutter et remettre les **potatoes** dans la même casserole, hors du feu.



## Assembler la salade

- Entre-temps, couper les **tomates** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Dans un grand bol, ajouter le **reste** du **glacage balsamique** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger au fouet.
- Ajouter les **épinards** et les **tomates**, puis remuer pour enrober.



## Cuire le porc

- Entre-temps, sécher le **porc** avec un essuie-tout. Saupoudrer de la **moitié** du **sel d'ail** et **poivrer**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **porc**. Poêler de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce que le **porc** soit doré, puis transférer sur une plaque à cuisson.
- Rôtir au **centre** du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit\*\*.



## Écraser les pommes de terre

- Lorsque les **potatoes** seront cuites, ajouter la **crème** et **1 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis écraser le tout grossièrement. (**REMARQUE** : Un « écrasé » aura encore quelques gros morceaux!)
- **Salier** et **poivrer**, au goût.



## Préparer la sauce

- Entre-temps, émincer les **champignons**.
- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **champignons** et les **oignons**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent.
- Ajouter le **mélange d'épices pour sauce crémeuse** et le **reste** du **sel d'ail**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.
- Ajouter **1 tasse d'eau** (doubler la qté pour 4 pers.), le **concentré de bouillon** et la **moitié** du **glacage balsamique**. Porter à légère ébullition.
- Réduire à feu moyen. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Poivrer**, au goût.



## Terminer et servir

- Lorsque le **porc** sera cuit, laisser reposer dans une assiette. Incorporer à la **sauce** le **jus de cuisson du porc restant** sur la plaque à cuisson.
- Trancher finement le **porc**.
- Répartir le **porc**, les **potatoes** et la **salade** dans les assiettes.
- Napper le **porc** et les **potatoes** de la **sauce**.

Le souper, c'est réglé!