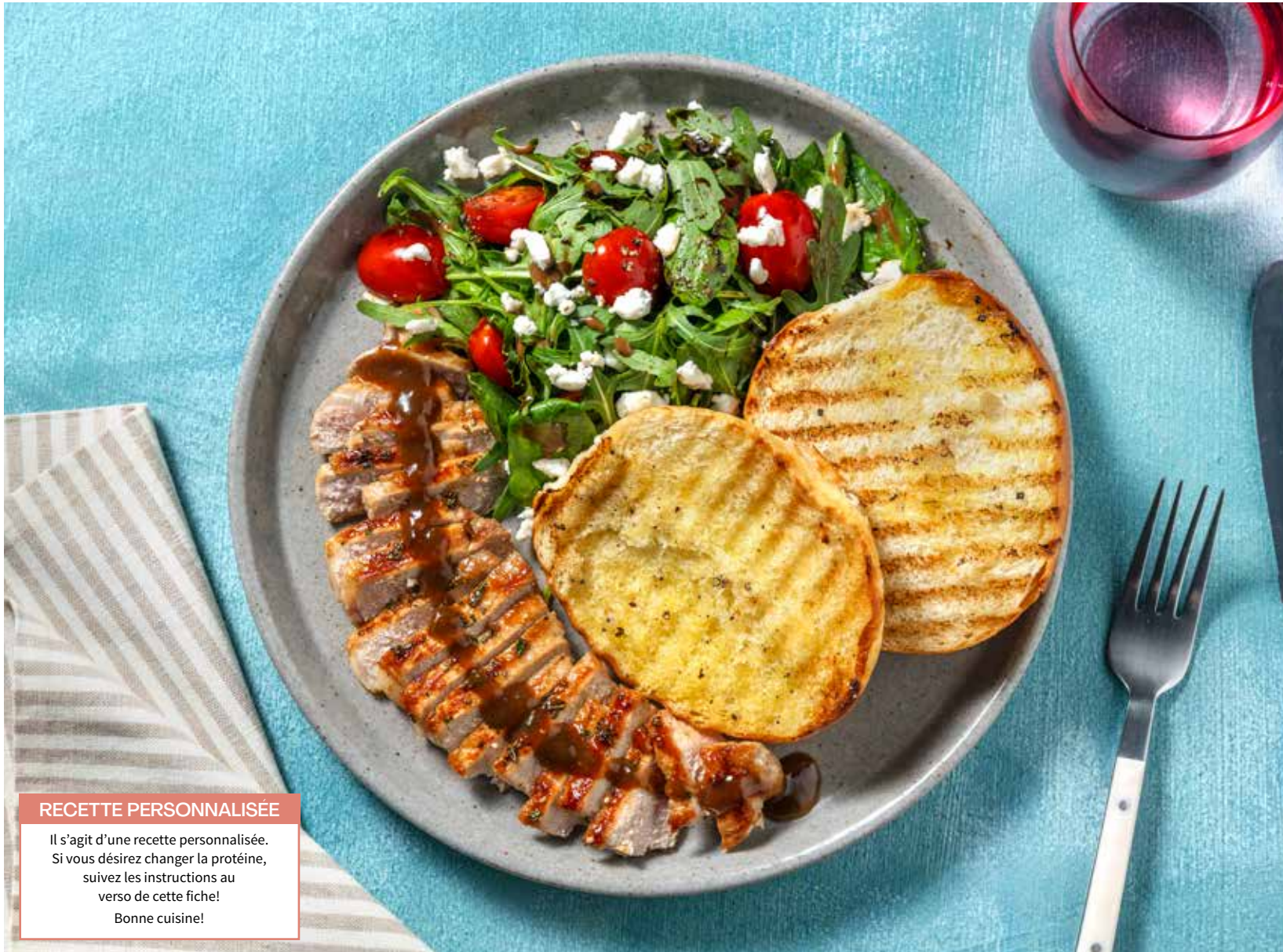


# Côtelettes de porc grillées aux figues et au romarin

avec salade de fromage de chèvre et pains grillés à l'ail

Grillade

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



Steaks de haut  
de surlongue



Pains artisan



Petites tomates



Mélange roquette  
et épinards



Romarin



Tartinade de figues



Fromage de chèvre



Purée d'ail



Sel d'ail



Glaçage balsamique



Moutarde de Dijon

BONJOUR ROMARIN

Une herbe boisée aromatique et savoureuse à souhait!



## D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 205 °C (400 °F) à feu moyen.

## Matériel requis

Cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, grand bol, 2 petits bols, fouet, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Steaks de haut de surlonge	340 g	680 g
Pains artisan	2	4
Petites tomates	113 g	227 g
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Romarin	1 branche	2 branches
Tartinade de figues	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Fromage de chèvre	28 g	56 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Moutarde de Dijon	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire le porc ou le steak jusqu'à ce que leur température interne atteigne respectivement au moins 71 °C (160 °F) et 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 joindre

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



## Préparer les pains à l'ail

Couper les **pains** en deux. Dans un petit bol, ajouter la **purée d'ail**, **¼ c. à thé** de **sel d'ail** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Poivrer** et remuer jusqu'à ce que le mélange soit homogène. Répartir le **mélange d'ail** sur le côté coupé des **pains**.



## Faire griller les pains à l'ail

Lorsque le **porc** sera presque cuit, ajouter les **pains** sur l'autre côté de la grille du barbecue, côté coupé vers le bas. Refermer le couvercle et faire griller les **pains** de 2 à 4 minutes. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



## Faire la sauce aux figues et préparer le porc

Dans un autre petit bol, ajouter la **tartinade de figues**, la **moitié** du **glaçage balsamique** et la **moitié** de la **moutarde de Dijon**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Détacher **quelques feuilles de romarin** et les hacher finement, de façon à en obtenir **1 c. à thé** (doubler la quantité pour 4 personnes). Sécher le **porc** avec un essuie-tout. Saupoudrer les deux côtés du **reste** du **sel d'ail**, **poivrer** et parsemer de **romarin**.

Si vous avez choisi les **steaks**, préparez-les en suivant les mêmes directives que celles pour les **côtelettes de porc**.



## Faire la salade

Lorsque le **porc** et les **pains à l'ail** seront prêts, couper les **tomates** en deux. Dans un grand bol, ajouter le **reste** du **glaçage balsamique**, le **reste** de la **moutarde de Dijon** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger au fouet. Ajouter les **tomates** et le **mélange roquette et épinards**, puis bien remuer.



## Faire griller le porc

Disposer le **porc** sur la grille du barbecue. Refermer le couvercle et faire griller de 4 à 6 minutes par côté, en retournant une fois, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit\*\*. Lorsque le **porc** sera presque cuit, badigeonner un côté d'**un peu** de **sauce aux figues**, puis retourner. Faire griller pendant 30 secondes. Répéter ces étapes pour l'autre côté. Déposer le **porc** dans une assiette et le recouvrir du **reste** de la **sauce aux figues**. Laisser refroidir de 3 à 5 minutes.

Déposez les **steaks** sur la grille du barbecue. Faites-les griller de 3 à 5 minutes par côté, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée, en les retournant une fois\*\*.



## Terminer et servir

Trancher le **porc** finement. Répartir le **porc**, les **pains à l'ail** et la **salade** dans les assiettes. Garnir le **porc** du **reste** de la **sauce aux figues** contenue dans le petit bol. Parsemer la **salade** de **fromage de chèvre** en l'émiettant.

## Le repas est prêt!