

Côtes levées de porc à l'érable et au chili doux

avec patates douces et salade

Spéciale

Épicée

35 minutes



Côtes levées de porc,
entièrement cuites



Sirop d'érable



Sauce au chili doux



Vinaigrette ranch



Mélange roquette et
épinards



Carotte, en juliennes



Patate douce



Garniture à salade



Petites tomates



Mini concombre



Sel d'ail

BONJOUR CÔTES LEVÉES DE PORC

Des côtes levées de porc précuites pour un souper aussi délicieux que facile à préparer!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, papier d'aluminium, grand bol, petite casserole, cuillères à mesurer

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtes levées de porc, entièrement cuites	728 g	1 456 g
Sirop d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sauce au chili doux 🌶️	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Vinaigrette ranch	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Carotte, en juliennes	56 g	113 g
Patate douce	340 g	680 g
Garniture à salade	28 g	56 g
Petites tomates	113 g	227 g
Mini concombre	66 g	132 g
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
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).

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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Préparer

- Couper les **tomates** en deux.
- Couper le **concombre** en rondelles de 0,5 cm (1/4 po).
- Couper les **patates douces** en rondelles de 1,25 cm (1/2 po).



Préparer le glaçage érable-chili doux

- Entre-temps, chauffer une petite casserole à feu moyen-doux.
- Ajouter la **sauce au chili doux** et le **sirop d'érable**. Cuire de 3 à 4 min ou jusqu'à ce que le tout soit bien chaud, en remuant souvent.



Griller les côtes levées

- Retirer les **côtes levées** de l'emballage et les déposer sur une plaque à cuisson tapissée de papier d'aluminium.
- Griller dans le **bas** du four de 14 à 15 min ou jusqu'à ce que les **côtes levées** soient bien chaudes**.



Terminer et servir

- Dans un grand bol, ajouter le **mélange roquette et épinards**, les **carottes**, les **concombres**, les **tomates**, la **garniture à salade** et la **vinaigrette ranch**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.
- Répartir les **côtes levées**, les **patates douces** et la **salade** dans les assiettes.
- Servir le **glaçage érable-chili doux** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!



Griller les patates douces

- Entre-temps, disposer les **patates douces** sur une plaque à cuisson et les arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Poivrer** et saupoudrer de **sel d'ail**, puis remuer pour enrober.
- Griller au **centre** du four de 5 à 6 min par côté ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres et dorées, en retournant les **patates douces** une fois.