

Côtes levées grillées mangue-chipotle et maïs au beurre et au feta avec patates douces et asperges

Spéciale

Épicée

35 minutes



Côtes levées de porc BBQ, entièrement cuites



Épi de maïs



Feta, émietté



Lime



Sauce au chipotle



Chutney de mangues



Asperges



Patate douce



Gousses d'ail

BONJOUR CHUTNEY DE MANGUES

Ce condiment sucré et acidulé se marie à merveille avec les saveurs indiennes!

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 260 °C (500 °F) à feu moyen-élevé.

Unités de mesure à chaque étape	1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
	2 personnes	4 personnes	Ingrédient

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, pinceau à pâtisserie en silicone, zesteur, 2 petits bols

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtes levées de porc BBQ, entièrement cuites	728 g	1 456 g
Épi de maïs	2	4
Feta, émietté	¼ tasse	½ tasse
Lime	1	1
Sauce au chipotle 🌶️	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Chutney de mangues	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Asperges	227 g	454 g
Patate douce	340 g	680 g
Gousses d'ail	2	4
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).

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.

Nous rejoindre

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

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Préparer les légumes

- Parer les **asperges** à partir de 2,5 cm (1 po) de l'extrémité inférieure.
- Couper la **lime** en quartiers.
- Peler, puis presser l'**ail**.
- Fondre **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre** dans un petit bol, puis ajouter l'**ail**. Réserver.
- Couper les **patates douces** sur la longueur en tranches de 1,25 cm (½ po).
- Dans un bol moyen, ajouter les **patates douces**, les **asperges** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.
- Sur une moitié d'une plaque à cuisson, disposer le **maïs** et les **asperges**, puis badigeonner de **beurre à l'ail**.
- **Saler** et **poivrer**.



Griller les côtes levées

- Entre-temps, disposer les **côtes levées** sur l'autre moitié de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 6 à 8 min par **côté**, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **côtes levées** soient bien chaudes**.
- Napper de **sauce mangue-chipotle**. Cuire de 1 à 2 min par **côté**, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Remettre sur la plaque à cuisson contenant le **maïs** et couvrir pour garder chaud.



Préparer la viande

- Dans un autre petit bol, ajouter la **sauce au chipotle** et le **chutney de mangues**, puis bien mélanger. Réserver.
- Retirer les **côtes levées** de l'emballage et les disposer sur l'autre **moitié** de la plaque à cuisson contenant le **maïs**. Jeter l'emballage et la **sauce** qu'il contient. **Saler** et **poivrer** les **côtes levées**.



Griller les asperges

- Lorsque les **côtes levées** et le **maïs** seront cuits, ajouter les **asperges** sur la grille du barbecue. Griller de 5 à 6 min, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce que les **asperges** soient légèrement croquantes.
- Transférer sur la plaque à cuisson contenant les **côtes levées**, puis couvrir pour garder chaud.



Griller le maïs et les patates douces

- Sur une moitié de la grille du barbecue, ajouter le **maïs** et les **patates douces**. Griller le maïs de 12 à 14 min, en le retournant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit tendre.
- Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud.



Terminer et servir

- Trancher les **côtes levées**.
- Répartir les **côtes levées mangue-chipotle**, les **asperges**, les **patates douces** et le **maïs** dans les assiettes.
- Arroser le **maïs** du jus d'un **quartier de lime**, puis parsemer de **feta**.

Le souper, c'est réglé!