

Côtelettes de porc glacées à la sauce érable-moutarde façon cabane à sucre

avec noix de Grenoble caramélisées et purée crémeuse de pommes de terre

Cabane à sucre

35 minutes



Côtelettes de porc,
avec os



Pomme de terre
Russet



Fleurons de brocoli



Noix de Grenoble,
hachées



Cassonade



Crème



Sirop d'érable



Gousses d'ail



Moutarde à
l'ancienne



Mélange paprika
fumé et ail



Ciboulette

BONJOUR SIROP D'ÉRABLE

Pour rehausser le goût sucré naturel du porc, rien n'égale le sirop d'érable!

D'abord

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

Matériel requis

2 plaques à cuisson, épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, spatule, papier parchemin, petit bol, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, avec os	2	4
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Fleurons de brocoli	227 g	454 g
Noix de Grenoble, hachées	28 g	56 g
Cassonade	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème	56 ml	113 ml
Sirup d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Gousses d'ail	2	4
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mélange paprika fumé et ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Ciboulette	7 g	14 g
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). 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



1 Cuire les pommes de terre

- Peler, puis 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**.



4 Caraméliser les noix de Grenoble

- Chauffer la même poêle à feu moyen.
- Recouvrir une assiette de papier parchemin.
- Ajouter à la poêle chaude la **cassonade** et **1 c. à soupe** d'eau (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler**. Remuer pendant 1 min, jusqu'à ce que la **cassonade** fonde.
- Ajouter les **noix de Grenoble**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **mélange** ressemble à un caramel épais et enrobe les **noix de Grenoble**.
- Retirer la poêle du feu.
- Transférer avec précaution les **noix de Grenoble caramélisées chaudes** sur l'assiette recouverte de papier parchemin. (**REMARQUE**: Éviter de toucher les noix de Grenoble; elles seront TRÈS chaudes!)
- À l'aide d'une spatule en silicone, disposer les **noix de Grenoble** en une couche uniforme. Laisser refroidir pendant 5 min.



2 Préparer et rôtir le brocoli

- Entre-temps, couper le **brocoli** en bouchées.
- Peler, puis hacher ou presser l'**ail**.
- Émincer la **ciboulette**.
- Dans un petit bol, mélanger le **sirup d'érable** et la **moutarde**. Réserver.
- Sur une plaque à cuisson, arroser le **brocoli** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 16 à 18 min, en ajoutant l'**ail** et en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **brocoli** soit doré.



5 Écraser les pommes de terre

- Lorsque les **potatoes** seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter la **crème**, la **moitié** de la **ciboulette** et **2 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis écraser les **potatoes** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse.
- **Saler** et **poivrer**, au goût.



3 Cuire le porc

- Entre-temps, sécher le **porc** avec un essuie-tout, puis **saler** et assaisonner du **mélange paprika fumé et ail**.
- 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 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que le **porc** soit doré.
- Transférer le **porc** sur une autre plaque à cuisson.
- Rôtir dans le **haut** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit**.
- Essuyer la poêle avec précaution.



6 Terminer et servir

- Trancher finement le **porc**.
- Répartir le **porc**, la **purée de pommes de terre** et le **brocoli** dans les assiettes.
- Napper le **porc** de **sauce érable-moutarde**, puis parsemer du **reste** de la **ciboulette**.
- Parsemer le **brocoli** de **noix de Grenoble caramélisées**.

Le souper, c'est réglé!