Porc

Côtes de porc glacées au sirop d'érable

35 min	5 min	30 min	0	475
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation du glaçage

1. Faire chauffer le vinaigre balsamique dans une poêle sur feu moyen jusqu'à ce qu'il commence à fumer.
2. Ajouter ensuite le sirop d'érable et l'eau. Amener à ébullition sur feu moyen en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.
3. Laisser bouillir pendant 5 minutes, jusqu'à ce que la consistance devienne sirupeuse.
4. Ôter ensuite la poêle du feu, débarrasser le glaçage dans un bol.

Étape 2

Cuisson des côtes de porc

1. Faire chauffer un barbecue sur feu moyen.
2. Mélanger l'huile d'olive, du sel et du poivre dans un bol.
3. Napper les côtes de porc d'huile d'olive sur les deux faces à l'aide d'un pinceau, les déposer sur le barbecue chaud.
4. Napper le dessus des côtes de porc de glaçage au sirop d'érable à l'aide d'un pinceau, laisser cuire pendant 5 minutes.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les côtés de porc

4 unité(s) entière(s) **Côte(s) de porc**

Ingrédients pour le glaçage

30 ml **Vinaigre balsamique**
120 ml **Sirop d'érable**
120 ml **Eau**

Ingrédients pour les côtes de porc

15 ml **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

5. Retourner la viande à l'aide de pinces de cuisine, napper de glaçage et laisser cuire pendant à nouveau 5 minutes.
6. Répéter l'opération jusqu'à ce que la viande soit cuite à coeur, c'est-à-dire pendant environ 15-20 minutes.

Étape 3

Dressage

1. Ôter la viande du barbecue, la dresser dans des assiettes.
2. Décorer les assiettes avec un trait de sauce et servir.