Porc

Grillades de porc au vin

12h20	10 min	10 min	12h	486
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Viande

4 **Côte(s) de porc**

Marinade

30 cl **Vin blanc**
2 **Echalote(s)**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 branche(s) **Romarin**
2 branche(s) **Thym**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation de la marinade

1. Désosser les côtes de porc (ou demander au boucher de le faire) et les déposer dans un saladier.
2. Peler et émincer les échalotes et presser les gousses d'ail. Les ajouter dans le saladier et y effeuiller le thym et le romarin.
3. Assaisonner de sel et poivre, verser l'huile et le vin blanc. Mélanger et couvrir de film alimentaire. Laisser reposer 12 heures au réfrigérateur.

Étape 2

Cuisson

1. Faire chauffer le barbecue. Egoutter légèrement la viande et la faire griller 5 minutes de chaque côté.
2. Arroser légèrement de marinade en cours de cuisson pour ne pas que la viande ne s'assèche.

Étape 3

Dressage

1. Dresser les grillades dans des assiettes décorées de rondelles de citron et de thym. Servir bien chaud.