



Porc

Côtes de porc au cidre et graines de moutarde



20 min **5 min** **15 min** **0** **496**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 2 personnes

Ingrédients pour les côtes de porc au cidre et graines de moutarde

2 unité(s) entière(s)
Côte(s) de porc
20 cl **Cidre brut**
1 c. à soupe **Moutarde**
2 c. à soupe **Crème
fraîche épaisse**
1 c. à café **Huile de colza**
1 pincée(s) **Sel**
1 pincée(s) **Poivre**

Ingrédient pour le dressage

1 branche(s) **Persil plat**

Étape 1

Cuisson des côtes de porc

- 1 Faire chauffer l'huile dans une sauteuse.
- 2 Ajouter les côtes de porc et cuire sur feu vif pendant 5 minutes en les retournant régulièrement à l'aide d'une fourchette.
- 3 Réduire le feu et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.
- 4 Réserver les côtes de porc sous cloche sur une assiette pour les maintenir au chaud.
- 5 La cloche peut être remplacée par une assiette creuse retournée.

Étape 2

Préparation de la sauce

- 1 Éliminer la graisse contenue dans la sauteuse.
- 2 Ajouter le cidre et déglacer les sucs de cuisson de la viande en grattant le fond de la sauteuse à l'aide d'une spatule en bois.
- 3 Ajouter la crème et les graines de moutarde à l'aide

d'une cuillère à soupe.

- 4 Laisser réduire sur feu moyen pendant environ 5 minutes. La sauce doit napper la spatule.

Étape 3

Dressage

- 1 Déposer les côtes de porcs sur des assiettes chaudes puis les napper de sauce au cidre.
- 2 Parsemer de pluches de persil et servir sans attendre.