



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 côtes 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.