



5 15

Côtelettes de porc aux champignons

SERVES

4

PREP TIME

15 minutes

MARINATING

1 heure

COOK TIME

12 minutes

Nutrition facts

Par portion: calories 356; protéines 35 g; matières grasses 10 g; glucides 22 g; fibres 1 g; fer 2 mg; calcium 28 mg; sodium 546 mg

Cuites en papillote, les côtelettes de porc conservent leur jus délicieux. Et que dire des champignons qui absorberont toutes les saveurs!

Ingredients



Vin rouge 180 ml (3/4 de tasse)



Romarin frais 5 ml (1 c. à thé), haché



Côtelettes de porc 4, de 2 cm (3/4 de po) d'épaisseur



Sauce barbecue à l'érable 160 ml (2/3 de tasse)



Champignons assortis 1 paquet de 200 g, émincés

[Select all ingredients](#)

Prévoir aussi:

- 1 petit, haché oignon rouge

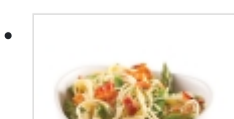
Facultatif:

- 1 tige de thym frais

Préparation

- 1 Préchauffer le barbecue à puissance moyenne-élevée.
- 2 Dans un bol, mélanger le vin rouge avec le romarin, l'oignon rouge et, si désiré, le thym. Ajouter les côtelettes et laisser mariner de 1 à 2 heures au frais.
- 3 Égoutter les côtelettes et jeter la marinade.
- 4 Déposer les côtelettes sur une grande feuille de papier d'aluminium. Badigeonner généreusement de sauce barbecue et couvrir de champignons. Replier le papier de manière à former une papillote hermétique.
- 5 Sur la grille chaude du barbecue, déposer la papillote et fermer le couvercle. Cuire de 12 à 15 minutes, jusqu'à ce que la papillote soit gonflée.

Idée pour accompagner:

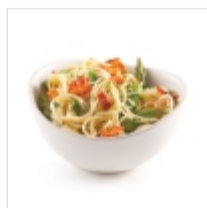




Spaghettis aux asperges

Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire 250 g de spaghettis *al dente*. Égoutter. Dans la même casserole, chauffer 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive à feu moyen. Faire revenir de 2 à 3 minutes 6 tranches de bacon précuites émincées et de 8 à 10 asperges coupées en morceaux. Ajouter les spaghettis et 45 ml (3 c. à soupe) de persil haché. Saler, poivrer et remuer. Cuire de 1 à 2 minutes.

Idée pour accompagner:



Spaghettis aux asperges

Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire 250 g de spaghettis *al dente*. Égoutter. Dans la même casserole, chauffer 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive à feu moyen. Faire revenir de 2 à 3 minutes 6 tranches de bacon précuites émincées et de 8 à 10 asperges coupées en morceaux. Ajouter les spaghettis et 45 ml (3 c. à soupe) de persil haché. Saler, poivrer et remuer. Cuire de 1 à 2 minutes.