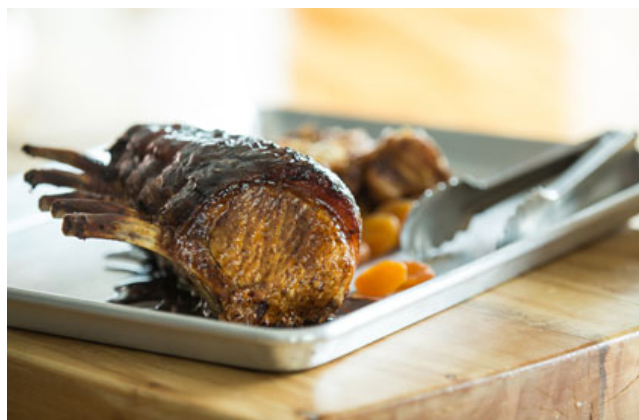


CARRÉ DE PORC BARBECUE À L'ABRICOT

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

415

CALORIES

40 g

PROTÉINES

39 g

GLUCIDES

11 g

MATIÈRES GRASSES

15
minutes
PRÉPARATION

55
minutes
CUISSON

4 à 6
PORTIONS

COUPES



Carré et
couronne

INGRÉDIENTS

SAUCE

1/4 tasse	Sauce chili	50 ml
3 c. à table	Vinaigre de vin blanc ou de cidre	45 ml
3/4 tasse	Confiture d'abricots	200 ml
2	Gousses d'ail, écrasées	2
2 c. à table	Sauce soya	30 ml
Au goût	Sel et poivre du moulin	Au goût

CARRÉ DE PORC

2 lb	Carré de porc	900 g
------	---------------	-------

PRÉPARATION

1. Préchauffer le barbecue à intensité moyenne.
2. Saler et poivrer le carré de porc, le saisir sur tous les côtés. Placer le carré sur une feuille de papier d'aluminium, le badigeonner de sauce et poursuivre la cuisson à faible intensité de 40 à 60 minutes ou jusqu'à ce que la température à l'intérieur atteigne 155 °F.
3. Réserver ce qui reste de sauce pour badigeonner durant la cuisson et accompagner la viande au moment de servir.
4. Retirer le carré du barbecue et laisser reposer 15 minutes avant de couper entre les côtes.
5. Servir accompagné de la sauce.