

SAUCISSE DE PORC ET Salsa de maïs à l'espagnole

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ



VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

349
CALORIES

10 g
PROTÉINES

45 g
GLUCIDES

17 g
MATIÈRES GRASSES

15 min
PRÉPARATION

70 min
CUISSON

4
PORTIONS

COUPES



Saucisse et saucisson

INGRÉDIENTS

2	Saucisses de Porc du Québec	2
---	-----------------------------	---

SAUCE TOMATE

1/2	Oignon, épluché, ciselé	1/2
1	Gousse d'ail, épluchée, ciselée	1
1	Branche de thym	1
Au goût	Huile d'olive	Au goût
1 c. à table	Tomates Roma, en dés	15 ml
Au goût	Sel et poivre	Au goût

SALSA CHIPOTLE AU MAÏS

3	Épis de maïs	3
2 c. à thé	Pâte de piment Chipotle	10 ml
3	Tomates Roma, en brunoise	3
2 c. à table	Jus de lime	30 ml
4	Brins de thym, effeuillés	4
10	Brins de coriandre, effeuillés	10
3	Gousses d'ail, épluchées, hachées	3
2 c. à table	Huile d'olive	30 ml
Au goût	Sel et poivre	Au goût

LES CROÛTONS

1/2	Baguette de pain, en tranches minces	1/2
1 c. à table	Huile d'olive	15 ml
Au goût	Sel et poivre	Au goût

PRÉPARATION

LA SAUCE TOMATE

- Dans une casserole, légèrement huilée, faire colorer l'oignon, l'ail et le thym. Ajouter ensuite les tomates. Laisser compoter la préparation, à feu doux, pendant environ 45 minutes. Vérifier l'assaisonnement et rectifier au besoin. Réserver.

LA SALSA CHIPOTLE AU MAÏS

- Dans une casserole d'eau bouillante, faire blanchir le maïs environ 20 minutes. Sortir les épis, les égoutter puis, à l'aide du couteau, les égrainer. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients.

LES CROÛTONS

1. **Préchauffer le four à 200°C (400°F).**
2. **Sur une plaque allant au four, disposer les tranches de pain, les arroser d'un filet d'huile d'olive, saler, poivrer puis mettre au four pour 8 minutes, jusqu'à obtenir une jolie couleur dorée.**

LES SAUCISSES

1. **Blanchir les saucisses, en les plongeant dans une casserole remplie d'eau froide et porter à ébullition. À la première ébullition, sortir les saucisses de l'eau et les trancher en rondelles épaisses.**
2. **Les saisir dans une poêle chaude, sans gras. Assaisonner de sel et poivre au besoin. Réserver.**

LE MONTAGE

1. **Dans un petit plat, disposer, un peu de sauce tomates, un peu de salsa et les rondelles de saucisses.**