

Côte de porc aux quatre épices, haricots verts à l'ail et fines herbes

Recette pour 4 personnes

Description

Une côte de porc aux saveurs asiatiques, servie avec des haricots verts sautés minute à l'ail.

L'astuce du chef

Vous pouvez utiliser un blanc de volaille à la place de la côte de porc.

Ingrédients

Marinade et côte de porc

- 2 Gousse(s) Ail haché
- 2 Unité(s) Piment rouge
- 2 Cuil. à thé 4 épices en poudre
- 4 Cuil. à soupe Sauce sweet chili
- 2 Cuil. à soupe Sauce soya
- 4 Unité(s) Côte de porc
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Haricots verts

- 525 Gr Haricots verts
- 2 Gousse(s) Ail haché
- 1 Zeste(s) Citron
- Huile végétale
- Sel et poivre
- Beurre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **four** à **425 F°**

Marinade et côte de porc

Dans un bol, réunissez l'ail haché, le piment rouge (épépiné et ciselé), les 4 épices, la sauce sucrée et épicée et la sauce soya.

Dans une poêle chaude, colorez les côtes de porc 2 minutes de chaque côté. Dans un bol, mélangez vos ingrédients de la marinade puis badigeonnez les côtes de porc. Recouvrez-les d'un papier film dans un plat et réservez au frigo pour 10 minutes environ.

Chemisez une plaque de cuisson de papier aluminium, déposez-y les côtes de porc, puis mettez au four pour environ 8 minutes suivant l'épaisseur.

Assurez-vous de la bonne cuisson des côtes de porc.

Haricots verts

Faites bouillir une grande quantité d'eau, plongez-y les haricots verts. Une fois tendres mais encore croquants, refroidissez-les sous l'eau froide.

Dans une poêle chaude avec du beurre, faites revenir les haricots verts pour les réchauffer, ajoutez l'ail haché et les zestes de citron, assaisonnez.

Bon appétit!