

CÔTES DE PORC AUX OIGNONS ET À L'ÉRABLE

Ingrédients

4 côtes de porc sans os
sel et poivre
huile d'olive
½ tasse de sirop d'érable
2 cuillerées à thé de moutarde à l'érable¹
1½ cuillerée à soupe de vinaigre d'érable¹
2 gousses d'ail, émincées
1 grand oignon blanc, tranché
1½ cuillerées à soupe de sauce Worcestershire

Sécher les côtes, et les saler et poivrer. Les faire saisir rapidement dans un peu d'huile d'olive, et les transférer dans un plat allant au four. Faire sauter les oignons dans le jus de viande jusqu'à ce qu'ils commencent à dorer. Ajouter le reste des ingrédients pour déglacer la poêle. Verser le tout sur les côtes de porc. Faire cuire dans un four préchauffé à 350° F. pendant 10-15 minutes ou jusqu'à ce que les côtes de porc soient cuites. Pour 4 personnes.

ACTIVITÉS

1. Quelles autres viandes peut-on utiliser avec cette sauce?
2. D'où vient la sauce Worcestershire?
3. Quelles herbes pourrait-on ajouter à ce plat?
4. Que veut dire «déglacer»? Qu'est-ce qu'on utilise dans cette recette pour déglacer la poêle? Que pourrait-on utiliser d'autre?
5. Faites des recherches sur Internet pour trouver combien de formes d'érable ou de produits parfumés à l'érable vous pouvez identifier.

Notes

¹ Le vinaigre et la moutarde d'érable peuvent être achetés en ligne. Si vous ne les trouvez pas, vous pouvez utiliser n'importe quel vinaigre et une moutarde à l'ancienne. Pour avoir toujours un goût d'érable, ajouter une cuillerée de sirop d'érable.

