

# BAVETTE DE PORC BARBECUE, CHIMICHURRI AU POIVRON VERT

NIVEAU DE  
DIFFICULTÉ



## VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

835  
CALORIES

36 g  
PROTÉINES

7 g  
GLUCIDES

74 g  
MATIÈRES GRASSES

15  
minutes  
PRÉPARATION

25  
minutes  
CUISSON  
Attente  
12 heures

4  
PORTIONS

## COUPES



Bavette

## INGRÉDIENTS

### BAVETTES

6 oz	Bavettes de porc	180 g
------	------------------	-------

### MARINADE

2	Gousses d'ail, épluchées et ciselées	2
1	Branche de thym, effeuillée	1
1	Branche de romarin, effeuillée	1
3/4 tasse	Huile d'olive	190 ml

### CHIMICHURRI AU POIVRON VERT

1	Poivron vert, coupé en deux et épépiné	1
1	Gousse d'ail, épluchée	1
1	Échalote, épluchée, coupée grossièrement	1
1 tasse	Persil plat frais	250 ml
1/2 tasse	Coriandre fraîche	125 ml
1/2 c. à thé	Origan séché	3 ml
1	Piment jalapeno, épépiné, coupé en deux	1
1/3 tasse	Huile d'olive	80 ml
1 c. à table	Vinaigre balsamique blanc	15 ml
Jus et zeste	D'une lime	Jus et zeste
Au goût	Sel et poivre	Au goût
1	Pincée de piment de Cayenne moulu (facultatif)	1

## PRÉPARATION

### AU FOUR

1. Préchauffer le four, grille au centre, à 350 °F.
2. Sur une plaque allant au four, déposer les deux moitiés de poivron et faire cuire jusqu'à ce que le poivron soit tendre au toucher. À l'aide d'un robot culinaire, réduire en purée le poivron, l'ail, l'échalote, les herbes, l'origan, la moitié du piment jalapeno, le jus et le zeste de lime.
3. Ajouter graduellement l'huile d'olive et le vinaigre balsamique jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse. Assaisonner au goût. Pour un goût plus relevé, ajouter l'autre moitié du piment jalapeno et le piment de Cayenne.

### AU BARBECUE

1. Préchauffer le barbecue à intensité maximale.

- 2. Retirer les bavettes de la marinade, les déposer sur une grille et les laisser s'égoutter 5 minutes.**
- 3. Disposer les bavettes sur la grille très chaude du barbecue et faire griller 2 minutes par côté ou selon la cuisson désirée, en les retournant de temps en temps pour imprimer un quadrillé sur la viande.**
- 4. Badigeonner les bavettes de chimichurri et servir.**