

metro



Côtes levées au barbecue

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ☆ ☆ 13 Votes



Sans Lactose

4	0:15	1:00	1:15
PORTIONS	PRÉPARATION	CUISSON	TEMPS TOTAL

Ingrédients

750 ml Eau
(3 tasses)

250 ml Jus d'orange
(1 tasse)

2 kg Côtes de dos de porc
(4 1/2 lb)

Sauce :

125 ml Ketchup
(1/2 tasse)

60 ml Vinaigre
(1/4 tasse)

30 ml Sirop d'érable
(2 c. à soupe)

Préparation

Dans une casserole, mélanger l'eau et le jus d'orange. Porter à ébullition.

Débuter la cuisson des côtes de dos en les faisant mijoter dans ce mélange pendant 45 minutes.

Dans un bol, préparer la sauce en mélangeant tous les ingrédients.

Badigeonner les côtes avec la sauce et faire griller sur le barbecue environ 15 minutes de chaque côté.

Badigeonner les côtes levées à deux reprises durant la cuisson.

Source : Metro

Accords vins et mets



Fruité et généreux

Ces vins mi-corsés offrent une couleur intense, un nez riche dominé par des arômes de fruits. Ce sont des vins savoureux et accessibles.

Catégories de produits : vin rouge, vin rosé.

© Société des alcools du Québec, 2007

15 ml Sauce soya
(1 c. à soupe)

60 ml Eau
(1/4 tasse)

15 ml Moutarde préparée
(1 c. à soupe)

1 Gousse d'ail, émincée

Au goût, sel et poivre

Accords bières et mets



Corsée et savoureuse

Appréciée pour sa texture. Voici une bière au corps dense et aux saveurs de malt grillé sur fond de chocolat et de café. Son goût est parfois peu ou modérément sucré.

Mentions légales

Recettes sans lactose

Assurez-vous de n'utiliser que des laits, yogourts, beurres, fromages et autres produits « laitiers » sans lactose et de bien lire les étiquettes de produits lors de l'achat.

Metro Richelieu inc., ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.