



Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de privilèges!

Votre courriel

Je m'inscris!



## Côtes levées, sauce barbecue

Par Coup de Pouce

**COUP  
POUCE**

### INGRÉDIENTS

#### Côtes levées épicées:

- 5 lb de côtes levées de porc (3 rangées)
- 1/4 tasse de cassonade tassée
- 2 cuillères à table de paprika
- 2 cuillères à table d' assaisonnement au chili
- 1 cuillère à table de cumin moulu
- 1 cuillère à table de sel
- 1 cuillère à thé de poivre
- 1 cuillère à thé de piment de Cayenne
- 1/2 cuillère à thé de clou de girofle moulu

#### Sauce barbecue:

- 2 cuillères à table d' huile végétale
- 1 oignon haché
- 4 gousses d'ail hachées finement
- 1 cuillère à table de paprika
- 1 cuillère à table d' assaisonnement au chili
- 1 cuillère à thé de sel
- 1 cuillère à thé de poivre
- 1 boîte de tomate (19 oz/540 ml)
- 1 boîte de pâte de tomates (5 1/2 oz/156 ml)
- 2/3 tasses de vinaigre blanc

Préparation	20 minutes
Cuisson	180 minutes
Portion(s)	6 portions

### VALEURS NUTRITIVES

#### Par portion

Calories	635
Total gras	39 g
Total glucides	42 g

- 1/3 tasse** de cassonade tassée
- 2 cuillères à table** de moutarde de Dijon
- 1/2 tasse** de mélasse

## PRÉPARATION

---

### Préparation des côtes levées épicées

1. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, enlever l'excédent de gras des côtes levées. Au besoin, retirer la membrane sous les côtes. Mettre les côtes dans un grand plat peu profond.

2. Dans un petit bol, mélanger la cassonade, le paprika, l'assaisonnement au chili, le cumin, le sel, le poivre, le piment de Cayenne et le clou de girofle. Frotter uniformément les côtes levées du mélange d'épices. Couvrir d'une pellicule de plastique et réfrigérer pendant au moins 4 heures ou jusqu'à 24 heures.

### Préparation de la sauce barbecue

3. Entre-temps, dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter l'oignon et l'ail et cuire, en brassant de temps à autre, pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils aient ramolli. Ajouter le paprika, l'assaisonnement au chili, le sel et le poivre et cuire pendant 2 minutes.

4. Ajouter les tomates, la pâte de tomates, le vinaigre, la cassonade et la moutarde de Dijon. Porter à ébullition. Réduire le feu et laisser mijoter, en brassant de temps à autre, pendant environ 1 heure ou jusqu'à ce que la préparation ait épaissi et réduit d'un tiers. Laisser refroidir légèrement. Verser la préparation dans le récipient du robot culinaire ou du mélangeur et la réduire en purée lisse. Ajouter la mélasse et mélanger. Réserver 1 tasse (250 ml) de la sauce barbecue en guise d'accompagnement et utiliser le reste pour badigeonner les côtes levées en cours de cuisson.

5. Ouvrir l'un des deux brûleurs du barbecue au gaz et le régler à puissance moyenne. Mettre les côtes levées sur la grille huilée du côté éteint du barbecue. Fermer le couvercle et cuire pendant 50 minutes (maintenir la température entre 250°F et 300°F/120°C et 150°C; utiliser un thermomètre pour le four, au besoin). Retourner les côtes levées et poursuivre la cuisson pendant 50 minutes ou jusqu'à ce que la viande soit tendre et que les os soient visibles aux extrémités.

6. Badigeonner généreusement les côtes levées de la sauce barbecue et poursuivre la cuisson pendant 20 minutes ou jusqu'à ce que les côtes levées soient croustillantes de chaque côté (retourner les côtes levées une fois et les badigeonner souvent de la sauce). À l'aide d'un couteau bien aiguisé, couper les côtes levées en portions de 2 à 3 côtes. Servir aussitôt, accompagnées de la sauce barbecue réservée.