



Côtelettes de porc Amy&Jacky

Ingrédients

4 (2 lb) côtelettes de longe de porc bien et non désossées (1,25 po d'épaisseur recommandée)
2 c. à soupe (28 g) de beurre non salé
8 à 12 (253 g) champignons crémini, tranchés
¼ tasse (188 ml) de bouillon de poulet non salé
2 c. à soupe (30 ml) de sauce soja ordinaire
1 (215g) oignon moyen, tranché
4 (16g) gousses d'ail, hachées finement
½ c. à thé (0,7 g) de thym séché
½ c. à thé (0,9 g) de romarin séché
Sel casher
Poivre noir moulu
2 c. à table (20 g) de farine tout usage
½ tasse (125ml) de crème épaisse



Attendrir les côtelettes de porc : Utiliser l'extrémité arrière d'un couteau lourd ou d'un attendrisseur à viande pour piler les côtelettes de porc des deux côtés (faire des motifs entrecroisés comme sur la photo). Éponger les côtelettes de porc sèches avec des essuie-tout. Assaisonner un côté des côtelettes de porc avec du sel et du poivre noir juste avant de les mettre dans la marmite instantanée.

Appuyez sur le bouton "Sauter" normal pour chauffer la cuve de votre ip. Attendez jusqu'à ce qu'il soit écrit "CHAUD" (~8 minutes).

Ajouter 2 c. à table de beurre non salé (28 g) dans l'instant Pot. S'assurer que tout le fond est recouvert de beurre.

Placer 2 côtelettes de porc dans la cuve, le côté assaisonné vers le bas. Faire dorer environ 2 minutes de chaque côté. Saler et poivrer légèrement l'autre côté. Réserver les côtelettes de porc brunies, puis répéter l'étape de brunissement pour les 2 autres côtelettes de porc.

Étape facultative pour rehausser la saveur - Faire sauter les champignons : Ajouter les champignons tranchés et faire sauter jusqu'à ce que l'humidité des champignons se soit évaporée (~8 minutes).

Faire revenir l'ail et l'oignon : Ajouter une autre cuillère à soupe de beurre non salé si nécessaire. Ajouter les oignons tranchés, l'ail haché, ½ c. à thé (0,7 g) de thym séché et ½ c. à

thé (0,9 g) de romarin séché. Si vous avez sauté l'étape facultative des champignons, ajoutez les champignons ici. Faire sauter encore 2 minutes.

Verser le bouillon de poulet non salé ¼ tasse (188 ml), puis déglacer en frottant le fond à l'aide d'une cuillère en bois pour enlever tous les morceaux bruns savoureux. Faites un mélange rapide.

Ajouter 1 c. à table (15 ml) de sauce soya ordinaire. Faites un mélange rapide.

*Note : Nous ajoutons la deuxième cuillère à soupe de sauce soja après la cuisson sous pression.

Remettre les 4 côtelettes de porc brunies et le jus de viande dans l'Instant Pot.

*Pro Tip : S'assurer que les côtelettes de porc sont partiellement trempées dans le liquide de cuisson.

Fermez le couvercle, puis tournez la valve sur « sealing ». Cuisson sous pression à haute pression pendant 0 (zéro) minute + 8 minutes Libération naturelle.

*Conseil Pro : Oui, vous pouvez régler le Pot Instantané à "0 (zéro)" minute avec les boutons + et -. Il commencera à se relâcher naturellement dès qu'il atteindra une pression élevée.

Ouvrir le couvercle avec précaution.

Préparer la sauce aux champignons : Pendant que l'Instant Pot est chaud, mélangez exactement 2 c. à soupe (20 g) de farine tout usage avec ½ tasse (125 ml) de crème épaisse.

Réserver les côtelettes de porc. Faire mijoter le contenu avec la fonction "Sauté".

Mélanger le mélange de crème épaisse dans la sauce aux champignons dans l'Instant Pot, un tiers à la fois, jusqu'à l'épaisseur désirée.

Goûter et assaisonner la sauce aux champignons avec 1 c. à table (15 ml) de sauce soya ordinaire. *Remarque : Utilisez moins ou plus de sauce soja en conséquence.

Placer les côtelettes de porc dans l'Instant Pot.

<https://www.pressurecookrecipes.com/instant-pot-pork-chops/>