

# metro



## Côtes levées des îles

Évaluer cette recette ★ ★ ★ ★ ☆ 10 Votes



Sans Lactose

3	0:15	1:00	1:15
PORTIONS	PRÉPARATION	CUISSON	TEMPS TOTAL

### Ingrédients

**1,5 kg** (3 1/3 lb) Côtes levées de porc

**250 ml** (1 tasse) Sauce chili

**125 ml** (1/2 tasse) Miel

**80 ml** (1/3 tasse) Moutarde de Dijon

**60 ml** (1/4 tasse) Sauce soya

### Préparation

Déposer les côtes levées dans une grande casserole d'eau bouillante.

Réduire le feu et laisser mijoter 45 min.

Retirer les côtes de la casserole et les égoutter.

Mélanger le reste des ingrédients et en badigeonner les côtes levées.

Les déposer sur la grille bien chaude et cuire environ 10 min de chaque côté.

Badigeonner au besoin.

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.

## 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.

---