Côte de veau grillée aux herbes, sauce calabraise

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 15 min

Temps actif: 1 h 15 min

Facile

Ingrédients

Pour 4 personnes

4	côtes de veau suisse d'env. 200 g chacune
1 bouquet	herbes mélangées, p. ex. romarin, thym, sauge
4 cs	huile de colza HOLL
	sel
1	poivron rouge
4	poivrons jaunes
1	tomate
2	gousses d'ail
600 g	petites pommes de terre
150 g	ricotta
30 g	pignons de pin
30 g	sbrinz râpé
2 cs	vinaigre de vin blanc

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

621	kcal
44 g	de protéines
28 g	de glucides
35 g	de lipides

Sans gluten

Contient du lactose

Préparation

1. Laver les herbes, les hacher finement et les mélanger à la moitié de l'huile. En badigeonner les côtes, puis saler. Laisser reposer au moins 1 heure à couvert.

2. Préchauffer le four à 180° C. Laver les poivrons, les couper en deux, retirer le pédoncule et le cœur. Couper les moitiés de poivrons rouges en quatre, laver la tomate et la couper en deux horizontalement. Disposer les poivrons rouges avec la tomate et les gousses d'ail non pelées séparément sur un côté de la plaque de cuisson, saler et poivrer.

3. Couper les moitiés de poivrons jaunes en quatre. Laver les pommes de terre, les couper en deux. Mélanger les deux au reste de l'huile, saler et poivrer. Déposer le mélange sur la plaque et cuire l'ensemble env. 40 minutes à mi-hauteur du four.

4 Pour la sauce, effeuiller le basilic et le mettre dans un récipient avec la ricotta, les pignons, le sbrinz et le vinaigre. Retirer les poivrons rouges, les tomates et l'ail de la plaque. Presser l'ail hors de sa peau et l'ajouter à la ricotta avec les tomates et les poivrons, puis réduire le tout en purée. Saler et poivrer la sauce.

5 Réserver les pommes de terre et les poivrons jaunes au chaud pour la garniture. Préparer le gril à chaleur indirecte. Faire griller les côtes à feu indirect, couvercle fermé, pendant environ 6 minutes de chaque côté. Les laisser reposer 5 minutes. Servir les côtes de veau avec la sauce calabraise, les poivrons et les pommes de terre.

Conseil
Les côtes de veau peuvent également être cuites à la poêle. Dans ce cas, il faut les cuire environ 6 minutes de chaque côté à feu moyen. Retirer la poêle du feu et laisser reposer les côtes à couvert pendant 5 minutes.