Double côtelette de porc farcie aux morilles et au persil

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h
Temps actif: 1 h
Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

2	doubles côtelettes de porc suisse (env. 400 g chacune, demander au boucher de les entailler profondément)
10 g	morilles séchées
2	échalottes
3 branches	persil
30 g	beurre
	sel
	poivre noir du moulin
100 g	crépine de porc
5 branches	marjolaine
400 g	chou rave
1 cs	huile d'olive
250 g	nouilles
2 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
2 dl	crème entière

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

898	kcal
55 g	de protéines
48 g	de glucides
53 g	de lipides

Contient du gluten
Contient du lactose

Conseil

La recette convient également pour une seule côtelette. La cuire à feu doux dans la poêle.

Préparation

1. Sortir les côtelettes du réfrigérateur 30 minutes à l'avance. Faire tremper les morilles pendant 10 minutes dans une tasse d'eau chaude. Peler et hacher les échalotes. Hacher grossièrement le persil.

2. Sortir les morilles de l'eau de trempage (à réserver à part), les essorer légèrement et les hacher finement. Faire fondre le beurre à feu moyen dans une petite casserole. Y faire revenir les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient translucides. Ajouter les morilles et étuver 4-5 minutes en remuant. Incorporer le persil, saler et poivrer. Laisser refroidir un peu.

3 Remplir uniformément les entailles des côtelettes de farce aux morilles. Étaler prudemment la crépine de porc sur le plan de travail et la couper en deux. Parsemer uniformément de marjolaine. Placer chacune des deux côtelettes au milieu d'un bout de crépine, replier les bords par-dessus et former un petit paquet.

4 Peler et couper en lamelles le chou rave et le faire étuver avec un peu de sel et d'huile d'olive pendant 12-15 minutes à feu moyen dans une petite casserole couverte. Mélanger de temps en temps.

5 Cuire les nouilles dans de l'eau salée bouillante selon les indications figurant sur l'emballage.

6 Chauffer l'huile à feu moyen dans une poêle. Saisir les côtelettes des deux côtés pendant 2-3 minutes. Les déposer dans un plat allant au feu et cuire pendant 10-12 minutes dans le four préchauffé à 180º C (four à air chaud à 160º C). Laisser reposer 5 minutes à couvert.

7 Pendant ce temps, déglacer les sucs de cuisson dans la poêle avec l'eau de trempage des morilles, ajouter la crème et laisser réduire fortement. Ajouter le jus de cuisson provenant du plat dans le four, saler et poivrer.

8 Couper les côtelettes en portions, servir avec le chou rave et la sauce à la crème.