



Côtelettes de porc farcies au beurre de cèpes

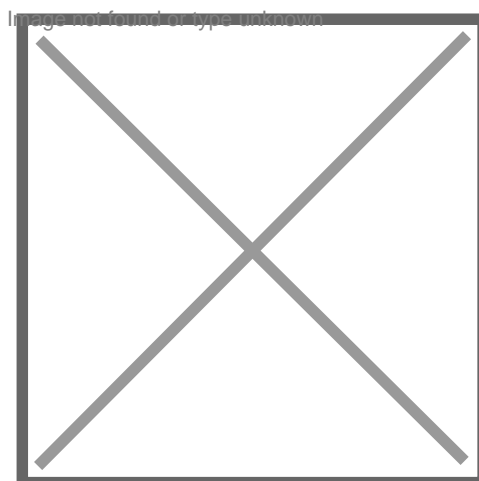


Mon choix.

 Durée totale: 30 min

 Temps actif: 30 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4** côtelettes de porc suisse (d'env. 200 g chacune). À faire inciser par votre boucher-charcutier pour y introduire la farce.
- 10 g** cèpes séchés
- 2 branches** romarin
- 2 cs** olives noires (p. ex. Kalamata)
- 2 cs** beurre ramolli
- 2 cc** jus de citron
- sel
- poivre du moulin
- petites piques en bois

Valeurs nutritives

1 portion (sans pommes de terre rissolées ni salade César) contient env.:

- 350** kcal
- 37 g** de protéines
- 1 g** de glucides
- 23 g** de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

Préparation

- 1** Faire tremper les cèpes dans de l'eau chaude. Pendant ce temps, effeuiller puis hacher le romarin. Couper les olives en lamelles, jeter les noyaux. Fouetter le beurre jusqu'à ce qu'il devienne mousseux et mélanger le tout.
- 2** Égoutter les cèpes, bien les essorer puis les hacher finement. Incorporer les cèpes au beurre, assaisonner avec le jus de citron, saler et poivrer, bien mélanger puis réserver au frais.
- 3** Farcir les côtelettes de porc avec le beurre de cèpes, les refermer avec des piques.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



Mon choix.

4

Poser sur le gril très chaud en contact direct avec le feu; faire griller 4-5 minutes de chaque côté. Saler, poivrer et servir aussitôt.

À accompagner de pommes de terre rissolées et d'une salade César.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.