Côtes de porc au sésame et à la confiture d'abricots cuites au four

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 15 min
Temps actif: 15 min
Marinage: 2 h
Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

2 kg côte de porc suisse (spare-ribs)
sel
4 cs confiture d'abricots
1 cc paprika doux en poudre
5 cc jus de citron
2 cs sésame

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

420 kcal
44 g de protéines
9 g de glucides
23 g de lipides

Sans gluten
sans lactose

Préparation

1. Détailler les côtelettes de porc. Mélanger la confiture d'abricots, le paprika, le jus de citron et le sésame. Badigeonner les côtelettes de cette préparation, les déposer dans un plat à gratin, couvrir et laisser mariner pendant 1 ou 2 heures.

2. Retirer le film, saler légèrement, mettre le plat au four préchauffé à 160° C et faire cuire les côtelettes de porc pendant 60 minutes environ. Les badigeonner de marinade de temps à autre.

3. Sortir les côtelettes du plat et servir aussitôt.

   Accompagner de pain grillé à l'ail.