

Côtelettes de Porc Aigre-doux Chinois. (Sweet and sour Spare Ribs)

Par Ghislain Bonneau a gbphotodidactical.ca

Dernière Révision 2012-01-27

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 1 heure

Cette recette va remplir trois contenants de 1.25 tasses pour le congélateur. (Trois portions)
Pour faire une plus grosse recette ajouter simplement 1 a 2 Pot de plus de SAUCE VH POUR RIBS et 1 a 2 kilo de Côtelettes de plus. Pas besoin de changer les autres ingrédients pour faire une plus grosse recette mais un plus gros pot de cuisson seras préférable, le pot de 4 pintes ne sera pas suffisamment grand.

INGRÉDIENTS POUR LA SAUCE.

- 6 Gousses d'ail écrasé et haché très fin.
- 3 C.A.S. d'huile d'olive.
- 3 Bocal de 341 ml de SAUCE VH POUR RIBS. (Medium)
- ½ Tasse de mélasse. (régulier)
- 1 ¼ Tasse de vinaigre blanc.
- ½ Tasse d'eau.



Dans un pot de cuisson de 4 pintes, faire brunir légèrement l'ail dans 3 C.A.S. d'huile d'olive a feu moyen puis ajouter les pots de SAUCE VH POUR RIBS, puis ajouter le vinaigre, la mélasse et l'eau. Bien brasser tout les ingrédients ci haut et enlever du feu, et mettre de coté pour l'instant.

LES COTELETTES. (Back Ribs) de Porc.

Je suggère d'acheter des (Back Ribs) aux lieux de (Side ribs), puisque les (Back Ribs) ont plus de viandes et moins de gras et elles sont moins cher que les (Side ribs.) Je fais couper les côtelettes à environ 2 pouces de longueurs.

- 1 à 1.5 kilo de petites Côtelettes de Porc (Back Ribs) (détachées les côtelettes les unes des autres.)
- ¼ de tasse d'huile d'olive.



Faire saisir les petites côtelettes de Porc de tous les côtés, dans un poêlon avec un haut bord et à feu moyen dans l'huile d'olive. Ne placez pas trop de côtelettes dans la poêle d'un seul coup, mais juste assez pour couvrir le fond de la poêle et les tourner pour bien les saisir de tous les côtés. Placez les côtelettes à mesure qu'elles sont prêtes dans la sauce ci haut et continuer de saisir les autres jusqu'a ce qu'elles soient toutes bien saisies. Placez toutes les côtelettes dans la sauce ci haut et mettez le feu à moyen jusqu'a ce que vous allez obtenir un petit bouillonnement puis baisser le feu à minimum et placez le couvercle entre ouvert sur le pot et mijoter les côtelettes à feu doux pendant une heure. **(ATTENTION) Gardez un œil vigilant sur le bouillonnement car cette sauce va déborder très facilement si le feu est trop haut.** Comptez le temps à partir du début du bouillonnement et brassez la sauce légèrement à toutes les cinq minutes. Après une heure de cuisson à feu doux les côtelettes seront prêtes et la viande devrait commencer à décoller des os. Enlever le pot du feu et enlever les côtelettes de la sauce à l'aide d'une spatule trouée et placez à part égal dans les plats pour refroidir sans le couvercle et recouvrir les côtelettes de la sauce. Brassez bien la sauce à chaque fois et ne pas oublier de laisser un pouce d'espace dans les plats à congeler. Une fois les plats refroidis placer les contenants au frigidaire avec leurs couvercles. Pour consommer, réchauffer les côtelettes avec la sauce juste avant de servir le même jour ou le lendemain. Les côtelettes seront plus tendres si on les laisse refroidir dans la sauce et qu'on les réchauffe le lendemain pour les consommés, mais elles seront quand même assez tendre pour être mangé immédiatement après la cuisson. La sauce de surplus peut être congelé pour faire une prochaine recette mais elle ne pourrait pas être recongelé.

BON APPÉTIT.