Côtes de porc curry à la plancha



Côtes de porc curry à la plancha

Ingrédients pour 4 personnes

4 côtes de porc

4 cuillères à soupe d’huile d’olive

Huile pour la plancha

Curry

Poivre

Sel

Préparation

Dans un récipient versez l’huile d’olive e saupoudrez de curry.

Huilez et faites chauffez la plancha

Quand la plancha est chaude déposez les côtes de porc sur laplancha

A 5 mn de cuisson badigeonnez les côtes de porc(sur leur 2 faces) avec le mélange huile/curry.

En fonction de la puissance de votre plancha et de l’épaisseur de vos côtes le temps de cuisson peut varier (pour les miennes 15 mn) ;

Vous pouvez si vous le souhaitez ajoutez des herbes de Provence.

Servez chaud.