

Pas de halal mais une recette de résistants deux fois millénaire

écrit par Sarisse | 20 juillet 2016



Et voici une excellente recette de résistant, une recette de porc deux fois millénaire, qui a nourri le ventre des hoplites aux [evzones](#) actuels:

Côtes de porc à la grecque

une côte de porc assaisonnée de citron frais

Une manière délicieuse et simple de cuisiner des côtes de porc à la grecque :

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 20 min

Ingrédients : Pour 5 personnes

5 côtes de porc

1 cuillère d'origan

2 citrons

Préparation :

Assaisonnez vos côtes de sel et d'origan, mettre dans un plat couvert au réfrigérateur durant 2 heures.

Grillez vos côtes de porc au barbecue (en fonction de l'épaisseur de la viande et de votre goût, prévoyez environ 10 minutes pour chaque face).

Une fois la viande grillée, placez les côtes dans un plat

creux (type grosse casserole), arrosez abondamment de jus de citron frais et couvrir le plat.

Laissez les côtes macérer dans le jus une vingtaine de minutes (le plat étant fermé, il va garder la viande chaude, tandis que le citron va brûler une partie de la graisse et attendrir la viande)