



Coaste de porc la cuptor

Steps: 4

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

1 kg	coaste de porc	2 buc.	ghimbir
50 g	zahăr brun		sos de stridii
	fulgi de chilli		sare grunjoasă
	ketchup		sos de soia nesărat
2 buc.	mere verzi	2 buc.	morcovi
	iaurt grecesc		

Instructions

Ești mare amator de **coaste la cuptor**? Pregătește-te pentru o **rețetă de coaste de porc** deosebită, care va duce acest preparat aparent banal la un nou nivel de gust și savoare.

Călătoria culinară pornește de la **marinare**. De fapt, marinada propusă de **Chef Victor Melian** este cheia acestei rețete. Gustul dulce acrișor al ketchup-ului, cu tenta picantă a ghimbirului, gustul de caramel, dat de zahărul brun, și gustul umami irezistibil al sosului de stridii oferă acea savoare deosebită coastelor de porc.

Poți alătura la **rețeta de coaste de porc** o garnitură care va echilibra gusturile. Iată câteva idei:

- Piure de cartofi;
- Porumb fiert;
- Legume coapte la cuptor (mai ales, morcovi, fasole păstăi sau broccoli);
- Salată de cartofi cu ceapă (eventual, o salată orientală);
- Tocană de fasole;
- Salată verde cu vinegretă;

- Salată coleslaw cu mere, morcov, iaurt grecesc și fulgi de chilli.

Parcă îți poți imagina deja coastele de porc marinate cu glazură de miere și salata de mere. Rețeta este perfectă pentru o revedere cu prietenii sau familia, chiar și pentru o ocazie specială. Tot ce mai ai de făcut este să pui ingredientele pe masă și să te apuci de gătit. Poftă bună!

1. Se curăță coastele de piele și se tăie pe os în „felii”. Pentru marinadă se folosește ketchup, ghimbir, zahăr brun, sos de stridii (oyster sauce), fulgi de chili și sare. Se masează marinada pe coaste, iar apoi se lasă la frigider pentru minim 2 ore.
2. Se scot coastele de la marinat și se bagă la cuptor la 150°C pentru aproximativ o oră.
3. Se pregătește glazura din miere și sos de soia. Se scot coastele de la cuptor, se pensulează cu glazura pregătită și se mai dau la cuptor pentru încă 5 minute la 200°C.
4. Pentru a pregăti salata apple slaw, se rad merele pe răzătoare (pe partea mai mare), se scurg de lichid, iar apoi se rad morcovii pe răzătoare (partea fină). Se adaugă iaurtul și fulgii de chilli și se amestecă bine, se condimentează după gust. Se dă la frigider.

Bucură-te de o experiență culinară completă! Descoperă promoțiile noastre la ingredientele necesare pentru a găti o rețetă ca un adevărat Chef!

Autor: Chef Victor Melian

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete și sfaturi utile din această categorie.

Coaste de porc la cuptor

Stand 21.05.2024