



Bœuf au piment et à la sauce hoisin

avec sauté de brocoli et riz au gingembre

FAMILIALE 30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!



Lanières de bœuf



Ail



Gingembre



Oignon, haché



Sauce au chili doux



Mélange hoisin-soja



Brocoli, en fleurons



Riz au jasmin



Échalotes frites



Fécule de maïs

BONJOUR SAUCE HOISIN!

Une sauce sucrée et salée qui ajoute du mordant à n'importe quel sauté.

COMMENCER ICI

Avant de commencer, laver et sécher tous les aliments.

Sortez

Râpe, cuillères à mesurer, casserole moyenne, grand bol, petit bol, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 pers	4 Person
Lanières de bœuf	285 g	570 g
Ail	6 g	12 g
Gingembre	30 g	60 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Sauce au chili doux	2 c. à table	4 c. à table
Mélange hoisin-soja	¼ tasse	½ tasse
Brocoli, en fleurons	227 g	454 g
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Échalotes frites	28 g	28 g
Fécule de maïs	1 c. à table	2 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



1. PRÉPARATION

Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Peler, puis râper finement **1 c. à table** de **gingembre** (doubler pour 4 pers). Couper le **brocoli** en bouchées moyennes. Sécher les **lanières de bœuf** avec un essuie-tout, puis les couper en morceaux de 2,5 cm (1 po). **Saler** et **poivrer**.



4. CUIRE LE BROCOLI

Réserver le **bœuf**. Dans la même poêle à feu moyen, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (au besoin), puis le **brocoli**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'il soit légèrement croquant, de 3 à 4 min. Ajouter l'**ail**, le **reste de gingembre** et **¼ c. à thé** de **sel** (doubler pour 4 pers). Cuire en remuant souvent, 1 min. Réserver dans le grand bol de **bœuf**.



2. CUIRE LE RIZ

Dans une casserole moyenne à feu moyen, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis les **oignons** et la **moitié** du **gingembre**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent, de 1 à 2 min. Ajouter le **riz** et **1 ¼ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers), puis couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bout, baisser à feu doux et cuire à couvert jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** soit absorbée, de 12 à 14 min.



5. ASSEMBLER LE SAUTÉ

Dans un petit bol, fouetter la **fécule de maïs** et **1/4 tasse** d'**eau froide** (doubler pour 4 pers). Ajouter le **mélange hoisin-soja** et la **sauce au chili doux** et bien mélanger. Dans la même poêle, ajouter la **sauce** et cuire en remuant jusqu'à ce qu'elle épaississe, 1 min. Ajouter le **bœuf**, le **brocoli** et les **jus** ayant coulé dans le bol. Cuire en remuant jusqu'à ce que le tout soit couvert de **sauce**, 1 min.



3. CUIRE LE BŒUF

Entre-temps, mettre **½ c. à table** d'**huile** dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, puis ajouter la **moitié** du **bœuf**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit, de 5 à 7 min. ** Réserver dans un grand bol. Répéter avec le **reste** de **bœuf**, en ajoutant **½ c. à table** d'**huile**.



6. FINIR ET SERVIR

Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis **saler**. Répartir le **riz** dans les assiettes et garnir du **sauté**. Napper du **reste** de **sauce** et saupoudrer d'**échalotes frites**.

Le souper, c'est réglé!