

# Bols au bœuf style banh mi

avec carottes et radis marinés

Rapido

Épicée

25 minutes



Bœuf haché



Riz au jasmin



Radis



Carotte, en julienne



Graines de sésame



Sauce soja



Sauce hoisin



Mayo épicée



Vinaigre de riz



Coriandre

BONJOUR GRAINES DE SÉSAME

*Il suffit d'un petit tour dans la poêle pour que ces graines débordent de saveur!*

## D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

### Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, casserole moyenne, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive

### Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Radis	3	6
Carotte, en julienne	56 g	113 g
Graines de sésame	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce soja	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce hoïsin	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Mayo épicée 🌶️	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Vinaigre de riz	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Coriandre	7 g	14 g
Sucre*	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Huile*		
Sel*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

### Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

*Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.*

### Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



### 1 Préparer

- Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau** et **½ c. à thé de sel** (doubler les qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, hacher grossièrement la **coriandre**.
- Couper les **radis** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).



### 4 Cuire le bœuf

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **bœuf**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.



### 2 Cuire le riz

- Ajouter le **riz** à l'**eau bouillante**. Réduire à feu doux. Cuire à couvert de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé.
- Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



### 5 Terminer le bœuf

- Ajouter la **sauce hoïsin**, la **sauce soja** et la **moitié** des **graines de sésame**.
- Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **bœuf** soit enrobé.



### 3 Mariner les légumes

- Entre-temps, fouetter dans un bol moyen le **vinaigre**, **2 c. à soupe d'eau**, **½ c. à thé de sel** et **½ c. à soupe de sucre** (doubler les qtés pour 4 pers.).
- Ajouter les **radis** et les **carottes**, puis remuer pour enrober.
- Laisser mariner au frigo.



### 6 Terminer et servir

- Égoutter les **légumes marinés** et jeter le **liquide**.
- Séparer le **riz** à la fourchette, puis **saler**, au goût.
- Répartir le **riz** dans les bols. Garnir de **bœuf**, de **légumes marinés** et de **coriandre**.
- Napper de **mayo épicée**, puis parsemer du **reste** des **graines de sésame**.

Le souper, c'est réglé!