

Bols de bœuf et de porc façon bulgogi avec riz au maïs et au beurre et mayo au gochujang

Familiale

Épicée (au goût)

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Mélange de bœuf et
de porc hachés



Dinde hachée



Sauce soja



Huile de sésame



Oignon vert



Carotte, en juliennes



Gousses d'ail



Maïs en grains



Riz basmati



Gochujang



Mayonnaise



Bébé épinards

BONJOUR GOCHUJANG

Cette pâte de piment fermentée coréenne a des notes salées, sucrées et épicées distinctives!

D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, casserole moyenne, petit bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Mélange de bœuf et de porc hachés	250 g	500 g
Dinde hachée	250 g	500 g
Sauce soja	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile de sésame	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon vert	2	4
Carotte, en julienne	56 g	113 g
Gousses d'ail	1	2
Maïs en grains	113 g	227 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Gochujang 🌶️	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Bébés épinards	28 g	56 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Sel et poivre*		

* 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 joindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

📱 @HelloFreshCA



Commencer le riz au maïs

- Dans une casserole moyenne, ajouter le **riz**, **1 ¼ tasse d'eau** et **¼ c. à thé de sel** (doubler les qtés pour 4 pers.). Porter à ébullition à feu élevé.
- Incorporer le **maïs** et porter à ébullition de nouveau. 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.



Terminer la viande façon bulgogi

- Dans la poêle contenant la **viande**, ajouter les **carottes**, les **morceaux blancs des oignons verts** et **l'ail**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **carottes** ramollissent légèrement.
- Ajouter la **sauce soja**, **1 c. à thé de sucre**, **½ tasse d'eau** (doubler les qtés pour 4 pers.) et les **épinards**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent et que la **moitié** de la **sauce** ait été absorbée.
- **Poivrer**, au goût.



Préparer

- Entre-temps, émincer les **oignons verts** et séparer les morceaux verts des morceaux blancs.
- Peler, puis émincer ou presser **l'ail**.
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise** et la **moitié** du **gochujang** (toute la qté pour 4 pers.). **Saler**, au goût, et bien mélanger.



Terminer le riz

- Dans la casserole contenant le **riz au maïs**, ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.). Remuer jusqu'à ce que le beurre fonde.
- **Poivrer**, au goût.



Commencer la viande façon bulgogi

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

Si vous avez choisi la **dinde**, la faire cuire en suivant les mêmes directives que celles pour le **mélange de bœuf et de porc hachés**.



Terminer et servir

- Répartir le **riz au maïs et au beurre** dans les bols. Garnir de la **viande façon bulgogi**.
- Parsemer du **reste** des **oignons verts**.
- Couronner d'un **souffçon** de **mayo au gochujang**, si désiré.

Le souper, c'est réglé!