

Boulettes de porc aigres-douces

avec poivrons et pois sucrés

30 minutes



Porc haché



Oignon, en tranches



Sauce aigre-douce



Poivron



Chapelure



Ail



Oignons verts



Pois sucrés



Riz basmati

BONJOUR SAUCE AIGRE-DOUCE

Tout est dans le nom : une combinaison parfaite de deux saveurs!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, casserole moyenne, grand bol, papier parchemin, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Oignon, en tranches	56 g	113 g
Sauce aigre-douce	½ tasse	1 tasse
Poivron	160 g	320 g
Chapelure	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Ail	6 g	12 g
Oignons verts	2	4
Pois sucrés	113 g	227 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F).

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



1 Faire cuire le riz

Ajouter **1 ¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans une casserole moyenne, puis couvrir et porter à ébullition. Ajouter le **riz** à la casserole d'**eau bouillante**. Réduire à feu doux. Faire cuire à couvert de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** ait été absorbée.



2 Préparer

Pendant que le **riz** cuit, évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Émincer les **oignons verts**. Parer les **pois sucrés**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Dans un grand bol, mélanger le **porc**, l'**ail**, la **chapelure** et **½ c. à thé de sel** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis **poivrer**. Former à partir du **mélange 8 boulettes de taille égale**. (REMARQUE : Former 16 boulettes pour 4 personnes).



3 Faire cuire les boulettes

Disposer les **boulettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Faire cuire au **centre** du four de 8 à 10 minutes, jusqu'à ce que les **boulettes** soient dorées et entièrement cuites.**



4 Commencer le sauté

Pendant que les **boulettes** cuisent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les morceaux d'**oignon** et de **poivron**, et les **pois sucrés**. Faire cuire en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants, de 2 à 3 minutes. **Saler** et **poivrer**.



5 Préparer la sauce

Ajouter la **sauce aigre-douce** et **¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) à la poêle contenant les **légumes**. Réduire à feu moyen. Faire mijoter de 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants et que la **sauce** épaississe un peu. Retirer la poêle du feu. Lorsque les **boulettes** seront entièrement cuites, les ajouter à la poêle et bien mélanger.



6 Terminer et servir

Séparer les grains de **riz** à la fourchette. **Saler**, puis incorporer la **moitié** des **oignons verts**. Répartir le **riz** dans les bols. Garnir du **sauté à la sauce aigre-douce**. Saupoudrer du **reste** des **oignons verts**.

Le repas est prêt!