

Boulettes de porc glacées à la sauce hoisin

avec pois sucrés et bok choy sautés sur lit de riz à la noix de coco

30 minutes



Porc haché



Oignons verts



Pois sucrés



Bok choy de Shanghai



Gingembre



Sauce hoisin



Sauce soja



Riz au jasmin



Sauce au chili doux



Lait de coco



Fécule de maïs



Chapelure panko

BONJOUR SAUCE HOISIN

Une sauce sucrée-salée qui rehausse les saveurs!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, 2 bols moyens, râpe à zester/zesteur, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, casserole moyenne, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Oignons verts	2	4
Pois sucrés	113 g	227 g
Bok choy de Shanghai	226 g	452 g
Gingembre	30 g	60 g
Sauce hoïsin	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sauce soja	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Sauce au chili doux	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Lait de coco	165 ml	400 ml
Fécule de maïs	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Chapelure panko	¼ tasse	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



Préparer

Dans une casserole moyenne, ajouter **1 tasse d'eau** (1 ¾ tasse pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. En attendant que l'eau bouille, parer les **pois sucrés**, puis les couper en deux. Couper le **bok choy** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Émincer les **oignons verts**. Peler, puis émincer ou râper le **gingembre**.



Faire sauter les légumes

Pendant que les **boulettes** cuisent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **pois sucrés**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'ils commencent à ramollir. Ajouter le **bok choy** et le **reste** du **gingembre**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit légèrement croquant. **Saler** et **poivrer**. Retirer la poêle du feu, puis réserver les **légumes** dans une assiette. Couvrir pour garder chaud.



Faire cuire le riz à la noix de coco

Ajouter le **riz** et le **lait de coco** dans la casserole contenant l'**eau bouillante**. (**REMARQUE** : Surveiller la casserole pour éviter que l'eau ne déborde!) Réduire à feu moyen-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.



Préparer la sauce

Pendant que les **légumes** cuisent, dans un bol moyen, fouetter la **sauce hoïsin**, la **sauce soja**, la **sauce au chili doux**, la **fécule de maïs** et **¾ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Lorsque les **légumes** seront cuits, faire chauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter le **mélange hoïsin** et faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le mélange épaississe légèrement. Ajouter les **boulettes** à la poêle contenant la sauce et bien mélanger.



Former et faire cuire les boulettes

Pendant que le **riz** cuit, mélanger dans un bol moyen le **porc**, la **chapelure panko**, la **moitié** du **gingembre** et **¼ c. à thé de sel** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Poivrer**. Rouler le **mélange de porc** pour former **8 boulettes égales de 3,75 cm (1 ½ po)** (16 pour 4 personnes). Transférer les **boulettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. Faire cuire au **centre** du four de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.**



Terminer et servir

Séparer les grains de **riz à la noix de coco** à la fourchette. Ajouter la **moitié** des **oignons verts**, puis **saler**. Répartir le **riz** dans les assiettes. Garnir de **légumes**, de **boulettes** et de **sauce de cuisson**. Parsemer du **reste** des **oignons verts**.

Le repas est prêt!