

Cari panang au bœuf

avec arachides et riz au jasmin

Rapido

Épicée

25 minutes



Bœuf haché



Lait de coco



Piment chili



Base pour cari rouge



Beurre d'arachide



Riz au jasmin



Coriandre



Poivron



Oignon, haché



Purée d'ail



Arachides, hachées



Sauce soja



Pâte de cari douce

BONJOUR BEURRE D'ARACHIDE

Un beurre de noix classique qui transforme vos sauces en un pur délice!

D'abord

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

Matériel requis

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

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Lait de coco	400 ml	800 ml
Piment chili rouge 🌶️	1	2
Base pour cari rouge	½ tasse	1 tasse
Beurre d'arachide	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Coriandre	7 g	14 g
Poivron	160 g	320 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Arachides, hachées	28 g	56 g
Sauce soja	1 ½ c. à thé	3 c. à thé
Pâte de cari douce	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire 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

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Préparer

Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau** et **½ c. à thé de sel** (doubler les quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Entre-temps, éviter le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Hacher grossièrement la **coriandre**. Hacher finement le **piment**, en retirant les graines pour un goût plus doux. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape!)



Faire cuire les légumes et commencer le cari

Ajouter les **poivrons** et les **oignons** à la poêle contenant le **bœuf**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le tout soit tendre. Ajouter la **pâte de cari douce**, la **base pour cari**, la **sauce soja**, le **beurre d'arachide** et **¼ c. à thé de piment** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



Faire cuire le riz

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 le **liquide** ait été absorbé. Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



Terminer le cari

Ajouter le **lait de coco** dans la poêle. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **cari** épaississe légèrement. **Saler et poivrer**.



Faire cuire le bœuf

Pendant que le **riz** cuit, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bœuf** et la **purée d'ail**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. **Saler et poivrer**.



Terminer et servir

Séparer les **grains de riz** à la fourchette. Ajouter la **moitié** de la **coriandre** et **saler**, puis bien mélanger. Répartir le **riz** dans les assiettes et garnir du **cari de bœuf**. Parsemer d'**arachides** et du **reste** de la **coriandre**.

Le repas est prêt!