

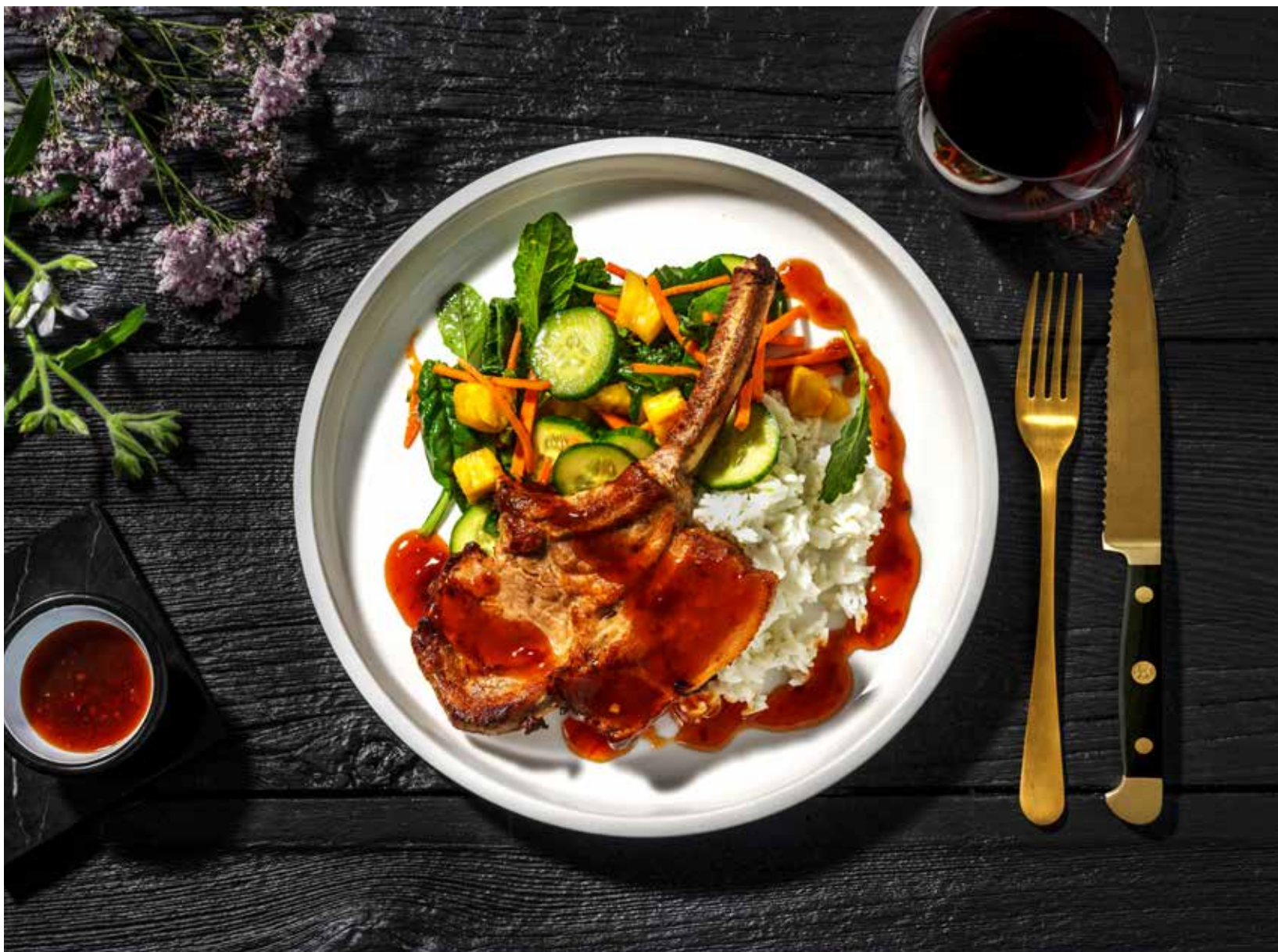
# Côtelettes de porc aux épices thaïes

avec salade d'ananas et riz infusé à la citronnelle

Deluxe

Épicée

35 minutes



Côtelettes de porc,  
avec os



Assaisonnement  
thaï



Sauce soja



Sauce au chili doux



Riz basmati



Lime



Citronnelle



Mélange printanier



Mini concombre



Ananas



Carotte, en juliennes



Poudre d'ail

BONJOUR ASSAISONNEMENT THAÏ

Un mélange riche de citronnelle, de noix de coco et d'épices aromatiques!

## 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, rouleau à pâtisserie, zesteur, casserole moyenne, grand bol, papier parchemin, petite casserole, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, avec os	2	4
Assaisonnement thaï	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce soja	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce au chili doux 🌶️	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Lime	1	2
Citronnelle	2	4
Mélange printanier	56 g	113 g
Mini concombre	66 g	132 g
Ananas	95 g	190 g
Carotte, en juliennes	56 g	113 g
Poudre d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Huile*		

Sel et poivre\*

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

## 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



### Cuire le riz

- 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, retirer la couche extérieure de la **citronnelle**. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie ou d'une lourde casserole, meurtrir avec précaution la **citronnelle** et la couper en deux sur la largeur.
- Ajouter le **riz** et la **citronnelle** à l'**eau bouillante**, puis 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.



### Cuire le porc

- Entre-temps, sécher le **porc** avec un essuie-tout. Saupoudrer d'**assaisonnement thaï**, du **reste** de la **poudre d'ail**, de **sel** et de **poivre**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **porc**. Poêler de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce qu'il soit doré.
- Retirer la poêle du feu et transférer le **porc** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Rôtir au **centre** du four de 8 à 11 min ou jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit\*\*.



### Préparer

- Entre-temps, zester, puis presser la **lime**.
- Couper le **concombre** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).
- Couper l'**ananas** en morceaux de 1,25 cm (½ po).



### Préparer la salade

- Dans un grand bol, fouetter le **reste** du **jus de lime**, le **reste** de la **sauce soja**, **¼ c. à thé de sucre** et **1 ½ c. à soupe d'huile** (doubler les qtés pour 4 pers.).
- Ajouter les **ananas** et remuer pour enrober.
- Ajouter les **concombres**, les **carottes** et le **mélange printanier**. Bien mélanger.



### Préparer la sauce au chili doux

- Dans une petite casserole, ajouter la **sauce au chili doux**, la **moitié** de la **poudre d'ail**, **2 ½ c. à thé de sauce soja** et **½ c. à soupe de jus de lime** (doubler les qtés pour 4 pers.). Porter à légère ébullition à feu moyen.
- Laisser mijoter de 1 à 2 min ou jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, en remuant à l'occasion.



### Terminer et servir

- Retirer avec précaution la **citronnelle** du **riz**.
- Ajouter le **zeste de lime**. Séparer le **riz** à la fourchette, jusqu'à ce qu'il soit bien mélangé.
- Répartir le **riz**, la **salade** et le **porc** dans les assiettes.
- Arroser le **porc** d'un **filet** de **sauce au chili doux**.

## Le souper, c'est réglé!