



Porc au cari et à la noix de coco

avec riz à la lime et salsa de mangues

VARIÉTÉ 30 minutes



Côtelettes de porc, désossées



Lait de coco



Poudre de cari



Riz basmati



Lime



Mangue



Coriandre



Ail



Tomates Roma



Oignons verts

BONJOUR MANGUE!

Un fruit juteux et sucré originaire des régions boisées de l'Inde, du Pakistan et de la Birmanie!

COMMENCEZ ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller.
- Laver et sécher tous les aliments.

Sortez

Plaque à cuisson, grand bol, casserole moyenne, essuie-tout, petite casserole, papier d'aluminium, petit bol, microplane/zesteur, tasses à mesurer, cuillères à mesurer, pinceau en silicone

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Lait de coco	165 ml	330 ml
Poudre de cari	2 c. à thé	4 c. à thé
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Lime	1	2
Mangue	170 g	340 g
Coriandre	7 g	14 g
Ail	6 g	12 g
Tomates Roma	80 g	160 g
Oignons verts	2	4
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F; la taille affecte le temps de cuisson.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@HelloFresh.ca
HelloFresh.ca



1. CUIRE LA MARINADE

Peler, puis râper l'**ail**. Dans une petite casserole à feu moyen, ajouter le **lait de coco**, la **poudre de cari** et l'**ail**. Cuire en remuant souvent, de 3 à 4 min. Réserver.



2. CUIRE LE RIZ

Entre-temps, dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau** (doubler pour 4 pers), puis couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Entre-temps, émincer les **oignons verts**. Détacher les **feuilles de coriandre**, puis hacher finement les **tiges de coriandre**. Ajouter le **riz** et les **tiges de coriandre** à l'**eau bouillante**, puis baisser à feu doux. Cuire à couvert jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** soit absorbée, de 12 à 14 min.



3. FINIR LA PRÉPARATION

Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Zester et presser la **moitié** de la **lime**, puis couper le **reste** en quartiers. Couper la **mangue** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Sécher le **porc** avec un essuie-tout. Dans un grand bol, ajouter le porc et la **moitié** de la **marinade**. Bien mélanger.



4. CUIRE LE PORC

Badigeonner une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium de **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis ajouter le **porc**. Griller au **centre** du four en retournant à mi-cuisson jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit, de 10 à 12 min. **



5. PRÉPARER LA SALSA

Dans un petit bol, combiner la **mangue**, la **tomate**, les **feuilles de coriandre**, le **jus de lime**, **1 c. à table d'huile**, **½ c. à thé de sucre** (doubler l'huile et le sucre pour 4 pers) et la **moitié** des **oignons verts**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Réserver.



6. FINIR ET SERVIR

Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis y incorporer le **zeste de lime** et le **reste d'oignons verts**. **Saler**. Couper le **porc** en tranches. Répartir le **riz** dans les assiettes et garnir de **porc** et de **salsa**. Napper **du reste de sauce au cari**, puis arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le souper, c'est réglé!