

Porc épicé façon Hunan

avec riz au gingembre et aux oignons verts

Épicée (au goût)

Rapido

25 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Porc haché



Dinde hachée



Gingembre



Mélange mirin-soja



Sauce aux piments
et à l'ail



Fécule de maïs



Poivron



Bok choy de
Shanghai



Riz basmati



Sauce aux huîtres
végétarienne



Vin blanc de cuisine



Oignon vert

D'abord

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

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 3 (doubler pour 4 pers.):

- Doux : ½ c. à soupe
- Moyen : 1 c. à soupe
- Épicé : 1 ½ c. à soupe
- Très épicé : 2 c. à soupe

Matériel requis

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

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Dinde hachée	250 g	500 g
Gingembre	15 g	30 g
Mélange mirin-soja	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Sauce aux huîtres végétarienne à l'ail	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Fécule de maïs	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Poivron	160 g	320 g
Bok choy de Shanghai	113 g	226 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Sauce aux huîtres végétarienne	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Vin blanc de cuisine	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Oignon vert	2	4
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



1 Préparer l'huile aux oignons verts et au gingembre

- Émincer les **oignons verts** et séparer les morceaux verts et les morceaux blancs.
- Peler, puis émincer ou râper **1 c. à soupe de gingembre** (doubler pour 4 pers.).
- Faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen-élevé.
- Ajouter **2 c. à thé d'huile** (doubler pour 4 pers.), les **morceaux verts des oignons verts** et **1 c. à thé de gingembre** (doubler pour 4 pers.). Faire cuire pendant 30 s ou jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme, en remuant sans arrêt.



4 Faire cuire le porc

- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.), puis le **porc**. Faire cuire de 4 à 5 min ou jusqu'à ce que le **porc** perde sa couleur rosée, en le défaisant en morceaux**. **Poivrer**, au goût.
- Transférer le **porc** dans une assiette.

Si vous avez choisi la **dinde**, la faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **porc**.



2 Faire cuire le riz

- Dans la casserole contenant l'**huile aux oignons verts et au gingembre**, ajouter le **riz**, **1 ¼ tasse d'eau** et **½ c. à thé de sel** (doubler les quant. pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu doux. Faire cuire à couvert de 12 à 14 min ou jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé.
- Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



5 Faire cuire les légumes

- Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.), puis les **poivrons**. Faire cuire de 1 à 2 min ou jusqu'à ce qu'ils ramollissent légèrement, en remuant à l'occasion.
- Ajouter le **bok choy**. Faire cuire de 3 à 4 min ou jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants, en remuant souvent.
- Ajouter le **reste du gingembre** et le **reste des oignons verts**. Faire cuire pendant 30 s ou jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme, en remuant souvent.
- Ajouter le **porc** et le **vin blanc**. Faire cuire de 1 à 2 min ou jusqu'à ce que le **vin** réduise légèrement, en remuant à l'occasion.
- Incorporer la **sauce pour sautés**. Faire cuire 1 min ou jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, en remuant sans arrêt. **Saler** et **poivrer**, au goût.



3 Préparer et faire la sauce

- Entre-temps, évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Séparer les **feuilles de bok choy** des **tiges**, puis couper les **feuilles** et les **tiges** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans un petit bol, ajouter le **mélange mirin-soja**, la **sauce aux huîtres**, la **moitié** de la **fécule de maïs** (toute la fécule pour 4 pers.), **2 c. à soupe d'eau** (doubler pour 4 pers.) et **1 c. à soupe de sauce aux piments et à l'ail**, puis mélanger. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)



6 Terminer et servir

- Séparer les **grains de riz** à la fourchette. **Saler**, au goût.
- Répartir le **riz** dans les assiettes. Disposer le **porc** et les **légumes** sur le **riz**.

Le souper, c'est réglé!