

Pad Krapow Moo thaïlandais

avec haricots verts et coriandre

Épicée (au goût) 30 minutes



Porc haché



Lime



Piment chili



Haricots verts



Cassonade



Oignon, haché



Riz basmati



Gingembre



Sauce soja



Coriandre



Ail

BONJOUR PAD KRAPOW MOO

Recréez ce mets de rue thaï populaire en seulement 30 minutes!

D'ABORD

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

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 (doubler la quantité pour 4 personnes) :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Épicé : 1 c. à thé
- Très épicé : 2 c. à thé

Matériel requis

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

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Lime	1	2
Piment chili 🌶️	1	2
Haricots verts	340 g	680 g
Cassonade	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Oignon, haché	56 g	113 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Gingembre	30 g	60 g
Sauce soja	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Coriandre	7 g	14 g
Ail	6 g	12 g
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

Ajouter **1 ¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans une casserole moyenne. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. En attendant que l'**eau** bouille, parer les **haricots verts**, puis les couper en deux. Hacher grossièrement la **coriandre**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Peler, puis râper finement **1 c. à soupe de gingembre** (doubler la quantité pour 4 personnes). Zester la **lime**, puis la couper en quartiers. Hacher finement le **piment chili** en retirant les **graines** pour un goût plus doux. (REMARQUE : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)



Faire cuire le porc

Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans la même poêle, puis les morceaux d'**oignon**, le **gingembre**, l'**ail** et **½ c. à thé de piment chili**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Ajouter le **porc**. Faire cuire le **porc** en le défaisant en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée, de 4 à 5 minutes.**



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 l'**eau** ait été absorbée.



Terminer le porc

Saupoudrer le **porc de cassonade**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **porc** soit doré foncé. Ajouter le **zeste de lime**, la **sauce soja**, les **haricots verts** et **2 c. à soupe d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent et en décollant les **morceaux brunis** au fond de la poêle, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient chauds.



Faire cuire les haricots verts

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 les **haricots verts**. **Saler et poivrer**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient légèrement croquants. Réserver dans une assiette.



Terminer et servir

Séparer les **grains de riz** à la fourchette, puis répartir dans les assiettes. Garnir de **porc** et parsemer de **coriandre**. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le repas est prêt!