

Porc au gingembre à la thaïlandaise

avec riz à la noix de coco et arachides

Rapide

Épicée

30 minutes



Côtelettes de porc, désossées



Riz au jasmin



Lait de coco



Carotte, en julienne



Haricots verts



Lime



Gingembre



Assaisonnement thaï



Arachides, hachées



Sauce au chili doux



Sauce soja

BONJOUR LAIT DE COCO

Crémeux, sucré et parfait pour infuser du riz!

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, tasses à mesurer, cuillères à mesurer, râpe, casserole moyenne, petit bol, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

| | 2 personnes | 4 personnes |
|-------------------------------|--------------|--------------|
| Côtelettes de porc, désossées | 340 g | 680 g |
| Riz au jasmin | ¾ tasse | 1 ½ tasse |
| Lait de coco | 165 ml | 400 ml |
| Carotte, en julienne | 113 g | 226 g |
| Haricots verts | 170 g | 340 g |
| Lime | 1 | 1 |
| Gingembre | 30 g | 60 g |
| Assaisonnement thaï 🍲 | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Arachides, hachées | 28 g | 56 g |
| Sauce au chili doux | ¼ tasse | ½ tasse |
| Sauce soja | 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 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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



1 Préparer le riz au gingembre et à la noix de coco

Peler, puis émincer ou râper le **gingembre**. Faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **riz** et la **moitié du gingembre**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Ajouter le **lait de coco** et **1 tasse d'eau** (1 ¾ tasse pour 4 personnes), puis porter à ébullition à feu élevé. Réduire à feu doux. Poursuivre la cuisson à couvert de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** ait été absorbée.



4 Faire cuire les légumes

Pendant que le **porc** rôtit, faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **haricots verts**, la **carotte** en julienne et **2 c. à soupe d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les légumes soient légèrement croquants. **Saler** et **poivrer**. Retirer la poêle du feu, puis réserver les **légumes** dans une assiette. Couvrir pour garder chaud.



2 Préparer

Pendant que le **riz** cuit, mélanger dans un petit bol la **sauce au chili doux**, la **sauce soja** et **¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Parer les **haricots verts**, puis les couper en deux. Couper la **lime** en quartiers. Sécher le **porc** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**.



5 Préparer la sauce

Faire chauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **reste du gingembre** et l'**assaisonnement thaï**. Faire cuire pendant 30 secondes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Ajouter le **mélange avec la sauce au chili doux** et poursuivre la cuisson de 1 à 2 minutes, en continuant de remuer souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.



3 Faire cuire le porc

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **porc**. Saisir de 2 à 3 minutes par côté, jusqu'à ce qu'il soit doré. Transférer le **porc** sur une plaque à cuisson. Faire rôtir au **centre** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit**.



6 Terminer et servir

Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis **saler**. Trancher le **porc** finement. Répartir le **riz** dans les bols. Garnir de **légumes** et de **porc**, puis napper le **porc** de la **sauce** contenue dans la poêle. Saupoudrer d'**arachides** et arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le repas est prêt!