

Porc au gingembre à la thaïlandaise

avec riz à la noix de coco et arachides

Épicée

30 minutes



Côtelettes de porc,
désossées



Riz basmati



Lait de coco



Poivron



Haricots verts



Lime



Gingembre



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, bol moyen, cuillères à mesurer, zesteur, casserole moyenne, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Lait de coco	165 ml	400 ml
Poivron	160 g	320 g
Haricots verts	170 g	340 g
Lime	1	1
Gingembre	15 g	30 g
Arachides, hachées	28 g	56 g
Sauce au chili doux 🌶️	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Sauce soja	1 c. à soupe	2 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, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'app.

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 **1 c. à soupe** de **gingembre** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **riz**, la **moitié** du **gingembre** et **¼ c. à thé** de **sel** (doubler la quantité pour 4 personnes). 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 **¾ tasse** d'**eau** (1 tasse pour 4 personnes), puis porter à ébullition à feu élevé. 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. Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



4 Faire cuire les légumes

Pendant que le **porc** rôtit, faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter les **haricots verts** et **3 c. à soupe** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils commencent à ramollir. Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** et les **poivrons**. **Saler et poivrer**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants. Retirer la poêle du feu, puis réserver les **légumes** dans une assiette. Couvrir pour garder chaud.



2 Préparer

Pendant que le **riz** cuit, parer les **haricots verts**, puis les couper en deux. Éviter le **poivron**, puis le couper en tranches de 0,5 cm (¼ po). Zester la **moitié** de la **lime** (utiliser la lime entière pour 4 personnes), puis la couper en quartiers.



5 Préparer la sauce

Dans un bol moyen, mélanger la **sauce au chili doux**, la **sauce soja** et **½ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). 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**. Faire cuire pendant 30 secondes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme. Ajouter le **mélange 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

Sécher le **porc** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**. 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**. Faire poêler 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 7 à 10 minutes, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit**.



6 Terminer et servir

Séparer les **grains de riz** à la fourchette, puis **saler**. Incorporer le **zeste de lime**. 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!