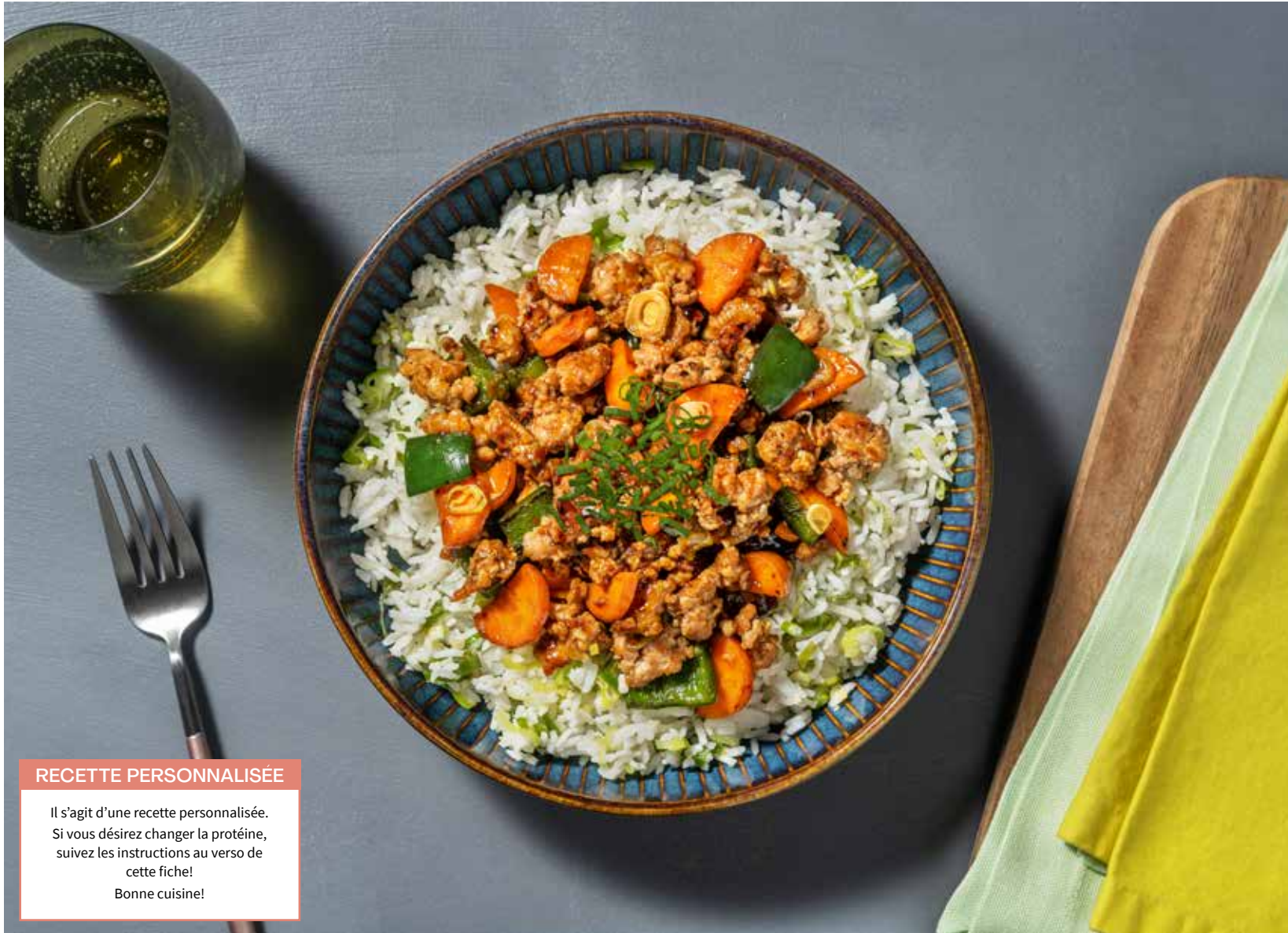


Porc épicé façon Hunan

avec riz au gingembre et aux oignons verts

Épicée (au goût) 30 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 vert



Carotte



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 la qté 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

Épluche-légumes, 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 piments et à l'ail 🌶️	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Fécule de maïs	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Poivron vert	200 g	400 g
Carotte	170 g	340 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
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** 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 rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

📱 @HelloFreshCA



Préparer l'huile au gingembre et aux oignons verts

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



Commencer le porc

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

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



Cuire le riz

- Dans la casserole contenant l'**huile au gingembre et aux oignons verts**, ajouter le **riz** et **1 ¼ tasse** d'**eau** (doubler la qté pour 4 pers.). Porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu doux. Cuire à couvert de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé.
- Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



Cuire les légumes et terminer le porc

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **poivrons** et les **carottes**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- Ajouter le **reste** du **gingembre**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **gingembre** dégage son arôme.
- Ajouter le **porc** et le **vin de cuisine**. Continuer à cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **vin** réduise légèrement.
- Ajouter la **sauce pour sautés**. Cuire pendant 1 min, en remuant constamment, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Poivrer**, au goût.



Préparer et mélanger la sauce pour sautés

- Entre-temps, évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Peler et couper la **carotte** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un petit bol, combiner le **mélange mirin-soja**, la **sauce aux huîtres**, la **moitié** de la **fécule de maïs** (toute la qté pour 4 pers.), **¼ c. à thé** de **sucre**, **¼ tasse** d'**eau** (doubler les qtés pour 4 pers.) et **1 c. à soupe** de **sauce aux piments et à l'ail**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)



Terminer et servir

- Séparer le **riz** à la fourchette, puis **saler**, au goût.
- Répartir le **riz** dans les assiettes. Garnir de **porc** et de **légumes**.
- Parsemer du **reste** des **oignons verts**.

Le souper, c'est réglé!