

Bols au porc et au piment poblano

avec haricots noirs et riz

Rapido

Épicée

25 minutes



Porc haché



Riz basmati



Piment poblano,
haché



Assaisonnement
mexicain



Haricots noirs



Lime



Petites tomates



Crème sure



Oignon, haché



Feta, émietté



Sel d'ail

BONJOUR ZESTE DE LIME

Pour rehausser le riz et la crème sûre, il n'y a rien comme un soupçon de zeste de lime!

D'abord

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

Matériel requis

Bol moyen, passoire, cuillères à mesurer, zesteur, casserole moyenne, petit bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Piment poblano, haché	113 g	226 g
Assaisonnement mexicain	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Haricots noirs	370 ml	740 ml
Lime	1	1
Petites tomates	113 g	227 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Oignon, haché	56 g	113 g
Feta, émietté	¼ tasse	½ tasse
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
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

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



Faire cuire le riz

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 **sel d'ail** et **1 c. à thé d'assaisonnement mexicain** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme, de 1 à 2 minutes. Ajouter **1 ¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bouillira, baisser 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. Réserver, à couvert.



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** et le **reste** des **oignons**. **Salier** et **poivrer**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce que les **oignons** soient tendres et que le **porc** perde sa couleur rosée**.



Préparer

Pendant que le **riz** cuit, couper les **tomates** en quartiers. Égoutter et rincer les **haricots**. Zester et presser la **moitié** de la **lime** (utiliser la lime entière pour 4 personnes). Couper le **reste** de la **lime** en quartiers. Hacher finement **1 c. à soupe** de l'**oignon** (doubler la quantité pour 4 personnes). (**REMARQUE** : Les oignons hachés finement serviront pour votre salsa!)



Faire cuire les haricots et les piments poblanos

Ajouter le **reste** de l'**assaisonnement mexicain** et le **reste** du **sel d'ail**. Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme, pendant 30 secondes. Ajouter les **haricots**, le **reste** des **piments poblanos** et **½ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **piments poblanos** soient tendres. **Salier** et **poivrer**, au goût.



Préparer la salsa

Ajouter les **tomates**, la **moitié** des **piments poblanos**, le **jus de lime**, les **oignons hachés finement**, **½ c. à thé de sucre** et **½ c. à soupe d'huile** (doubler les quantités pour 4 personnes) dans un bol moyen. **Salier** et **poivrer**. Bien mélanger.



Terminer et servir

Dans un petit bol, ajouter la **crème sure** et la **moitié** du **zeste de lime**. **Salier** et **poivrer**. Bien mélanger. Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis incorporer le **reste** du **zeste de lime**. Répartir le **riz** dans les bols. Garnir de **porc** et de **légumes**, puis d'un soupçon de **salsa** et de **crème à la lime**. Parsemer de **feta**. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le repas est prêt!