

Salade style asiatique au sésame et au soja avec poivrons et Beyond Meat®

Végé

Épicée

Rapido

25 minutes



Beyond Meat®



Bébés épinards



Sriracha



Vinaigre de riz
assaisonné



Huile de sésame



Sauce soja



Poivron



Sauce hoisin



Radis

BONJOUR SAUCE HOISIN

Une sauce sucrée-salée qui rehausse les saveurs!

D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Beyond Meat®	2	4
Bébés épinards	113 g	227 g
Sriracha 🌶️	2 c. à thé	4 c. à thé
Vinaigre de riz assaisonné	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile de sésame	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce soja	2 c. à thé	4 c. à thé
Poivron	160 g	320 g
Sauce hoisin	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Radis	4	8
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



1 Préparer

- Trancher finement les **radis**.
- Évider, puis couper le **poivron** en lanières de 0,5 cm (¼ po).



2 Commencer le Beyond Meat®

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter la **moitié** de l'**huile de sésame**, puis le **Beyond Meat®**.
- Cuire de 5 à 6 min, en défaisant le **Beyond Meat®** en morceaux, jusqu'à ce qu'il soit légèrement croustillant**. **Poivrer**.



3 Terminer le Beyond Meat®

- Dans la poêle contenant le **Beyond Meat®**, ajouter la **sriracha**, la **moitié** de la **sauce soja** et la **moitié** de la **sauce hoisin** (toute la qté pour 4 pers.).
- Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** ait été presque toute absorbée.
- Transférer le **Beyond Meat®** dans une assiette pour refroidir.



4 Préparer la vinaigrette

- Dans un grand bol, ajouter **½ c. à thé** de **sauce soja** et **½ c. à thé** de **sucre** (doubler les qtés pour 4 pers.), le **reste** de l'**huile de sésame** et le **vinaigre**.
- Fouetter jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.



5 Assembler la salade

- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter les **épinards**, les **radis** et les **poivrons**. Bien mélanger.



6 Terminer et servir

- Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir du **Beyond Meat®**.

Le souper, c'est réglé!