

Sauté de porc à la thaïlandaise

avec haricots verts et basilic

Épicée (au goût) 30 minutes



Porc haché



Lime



Piment chili rouge



Haricots verts



Cassonade



Oignon jaune



Riz basmati



Gingembre



Sauce soja



Basilic



Purée d'ail

BONJOUR GINGEMBRE

Pelez le gingembre en le raclant avec le rebord d'une cuillère; il sera ainsi plus facile d'en atteindre les recoins nouveaux!

D'abord

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

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 5 (doubler la qté pour 4 pers.) :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ¼ c. à thé
- Épicé : ½ c. à thé
- Très épicé : 1 c. à thé

Matériel requis

Râpe, cuillères à mesurer, zesteur, casserole moyenne, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Lime	1	1
Piment chili rouge 🌶️	1	2
Haricots verts	170 g	340 g
Cassonade	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Oignon jaune	56 g	113 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Gingembre	30 g	60 g
Sauce soja	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Basilic	7 g	14 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
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 joindre

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Cuire le riz

- Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau** et **¼ c. à thé de sel** (doubler les qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter le **riz**, puis 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 le porc

- Dans la même poêle, ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **porc** et les **oignons**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent et que le **porc** perde sa couleur rosée**.



Préparer

- Parer les **haricots verts**, puis les couper en deux.
- Peler l'**oignon**, puis couper la **moitié** en morceaux de 0,5 cm (¼ po) (l'oignon entier pour 4 pers.).
- Peler, puis râper finement **1 c. à soupe de gingembre** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Zester la **moitié** de la **lime** (la lime entière pour 4 pers.), puis la couper en quartiers.
- Hacher finement le **piment chili**, en retirant les graines pour un goût plus doux. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)



Assembler le sauté

- À la poêle contenant le **porc**, ajouter le **gingembre**, la **purée d'ail** et **½ c. à thé de piments chili**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)
- Parsemer le **porc** de **cassonade**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme et que le **porc** soit doré foncé.
- Incorporer le **zeste de lime**, la **sauce soja** et **¼ tasse d'eau** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Ajouter les **haricots verts**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent et en décollant les **morceaux brunis** au fond de la poêle, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient bien chauds.



Cuire les haricots verts

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **haricots verts**. **Saler et poivrer**.
- Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient légèrement croquants.
- Transférer dans une assiette.



Terminer et servir

- Déchirer ou trancher finement les **feuilles de basilic**.
- Séparer le **riz** à la fourchette.
- Répartir le **riz** dans les assiettes. Garnir de **sauté**.
- Parsemer de **basilic**.
- Arroser du jus d'un **quartier de lime**, si désiré.

Le souper, c'est réglé!