



Côtes levées aigres-douces

avec riz parfumé et bok choy épicé

SPÉCIALE 35 minutes



Côtes levées



Riz au jasmin



Sauce hoisin



Sauce au chili doux



Mini bok choy



Haricots verts



Ail



Miel



Piment rouge



Vinaigre de riz



Arachides,
hachées

BONJOUR CÔTES LEVÉES BBQ!

Ces côtes levées précuites raviront toute la tablée, c'est garanti!

COMMENCEZ ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction griller.
- Laver et sécher tous les aliments.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4:

- Doux: ¼ c. à thé
- Moyen: ½ c. à thé
- Épicé: 1 c. à thé
- Très épicé: 2 c. à thé

Sortez

Plaque à cuisson, grande poêle antiadhésive, casserole moyenne, papier d'aluminium, petit bol, tasses à mesurer, cuillères à mesurer, essuie-tout

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Côtes levées	728 g	1456 g
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Sauce hoisin	2 c. à table	4 c. à table
Sauce au chili doux	2 c. à table	4 c. à table
Mini bok choy	113 g	227 g
Haricots verts	170 g	340 g
Ail	6 g	12 g
Miel	2 c. à thé	4 c. à thé
Piment rouge 🌶️	1	2
Vinaigre de riz	1 c. à table	2 c. à table
Arachides, hachées	28 g	56 g
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh

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

bonjour@HelloFresh.ca

HelloFresh.ca



1. PRÉPARATION

Parer les **haricots verts**, puis les couper en deux. Peler, puis émincer l'**ail**. Émincer le **piment** (NOTE : retirer les graines pour un goût plus doux).



4. CUIRE LES LÉGUMES

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis les **haricots verts**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants, de 5 à 6 min. Ajouter le **bok choy**, l'**ail**, le **miel** et **¼ c. à thé de piment** (NOTE : se référer au guide pour la quantité de piment). Cuire en remuant jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants, de 2 à 3 min. **Saler** et **poivrer**.



2. CUIRE LE RIZ

Dans une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse d'eau** (doubler pour 4 pers), puis couvrir et porter à ébullition. Lorsque l'**eau** bout, ajouter le **riz**. Baisser à feu doux, puis cuire à couvert jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** soit absorbée, de 12 à 14 min.



5. GLACER LES CÔTES LEVÉES

Dans un petit bol, mélanger la **sauce hoisin** et la **sauce au chili doux**. Lorsque les **côtes levées** sont chaudes, les badigeonner de **glacage**. Remettre les **côtes levées** au four jusqu'à ce qu'elles deviennent glacées et collantes, de 2 à 3 min.



3. CUIRE LES CÔTES LEVÉES

Sécher les **côtes levées** avec un essuie-tout, puis les disposer sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. Arroser de **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis griller au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient chaudes, de 8 à 9 min. **



6. FINIR ET SERVIR

Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis y incorporer le **vinaigre de riz**. Séparer les **côtes levées**. Répartir le **riz**, les **légumes** et les **côtes levées** dans les assiettes. Saupoudrer les **légumes d'arachides**.

Le souper, c'est réglé!