

Tacos au porc inspirés des Caraïbes

avec salade de chou à l'ananas et crème à la coriandre

Rapido

Épicée

25 Minutes



Porc haché



Tortillas de farine (15 cm [6 po])



Ananas, en bâtonnets



Oignons verts



Chou vert, émincé



Mayonnaise



Oignon, haché



Mélange d'épices jerk



Coriandre



Concentré de bouillon de poulet



Lime



Jalapeno



Carotte, en julienne

BONJOUR ÉPICES JERK

Un mélange chaleureux de piment de la Jamaïque, de cannelle, de muscade et de thym!

D'abord

Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, zesteur, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Porc haché	250 g	500 g
Tortillas de farine (15 cm [6 po])	6	12
Ananas, en bâtonnets	95 g	190 g
Oignons verts	2	4
Chou vert, émincé	113 g	226 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Oignon, haché	56 g	113 g
Mélange d'épices jerk	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Coriandre	7 g	14 g
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Lime	1	2
Jalapeno 🌶️	1	1
Carotte, en julienne	56 g	113 g
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, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Émincer les **oignons verts**. Couper les **bâtonnets d'ananas** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Zester, puis presser la **lime**. Hacher grossièrement la **coriandre**. Évider le **jalapeno** en retirant les graines pour un goût plus doux, puis le hacher finement. (REMARQUE : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)



Préparer la crème à la coriandre

Dans un petit bol, mélanger le **zeste de lime**, la **mayo**, ½ c. à soupe d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) et le **reste** de la **coriandre**. Réserver.



Faire cuire la garniture

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter ½ c. à soupe d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **morceaux d'oignon** et le **porc**. Faire cuire en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée et qu'il soit doré, de 5 à 6 minutes**. Ajouter le **mélange d'épices jerk**, le **concentré de bouillon** et 1 c. à soupe de **jalapeno**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Faire cuire 1 minute, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Retirer la poêle du feu, puis **saler** et **poivrer**.



Faire chauffer les tortillas

Envelopper les **tortillas** dans un essuie-tout. Faire chauffer au micro-ondes 1 minute, jusqu'à ce que les **tortillas** soient chaudes et souples. (REMARQUE : Cette étape est facultative.)



Préparer la salade de chou

Dans un grand bol, fouetter 1 c. à soupe de **jus de lime**, ½ c. à thé de **sucre** et 2 c. à soupe d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). Ajouter le **chou**, les **morceaux d'ananas**, les **oignons verts**, les **carottes** et la **moitié** de la **coriandre**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.



Terminer et servir

Répartir le **garniture de porc** dans les **tortillas**. Garnir de la **moitié** de la **salade chou** et couronner de **crème à la coriandre**. Servir le **reste** de la **salade** en accompagnement.

Le repas est prêt!