

Cari de canard style thaïlandais

avec riz basmati

Découverte

Spécial Canard

Épicée

40 minutes



Poitrines de canard



Assaisonnement thaï



Gousses d'ail



Oignon rouge



Lait de coco



Riz basmati



Poivron



Bok choy de Shanghai



Pommes de terre Russet



Mélange mirin-soja



Lime



Coriandre



Arachides, hachées



Beurre d'arachide

BONJOUR ASSAISONNEMENT THAI

Un riche mélange de citronnelle, de noix de coco et d'épices aromatiques!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, épluche-légumes, cuillères à mesurer, zesteur, casserole moyenne, papier parchemin, tasses à mesurer, grande casserole, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poitrines de canard	2	4
Assaisonnement thaï 🌶️	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Gousses d'ail	2	4
Oignon rouge	113 g	226 g
Lait de coco	165 ml	400 ml
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Poivron	160 g	320 g
Bok choy de Shanghai	226 g	452 g
Pommes de terre Russet	230 g	460 g
Mélange mirin-soja	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Lime	1	2
Coriandre	7 g	14 g
Arachides, hachées	28 g	56 g
Beurre d'arachide	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
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'app.

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

Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper le **bok choy** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Zester, puis presser la **lime**.



Commencer le cari

Pendant que le **riz** cuit, faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen. Ajouter l'**ail**, les **oignons**, les **poivrons**, les **potatoes** et l'**assaisonnement thaï**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent légèrement. Incorporer le **beurre d'arachide**, le **lait de coco**, le **mélange mirin-soja**, **1 c. à thé de sucre** et **1 ½ tasse d'eau** (doubler les quantités pour 4 personnes). Porter à légère ébullition. Une fois que le **mélange** mijote, poursuivre la cuisson de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et que le **liquide** réduise légèrement.



Faire cuire le canard

Sécher le **canard** avec un essuie-tout. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, dessiner un motif croisé sur le côté peau du **canard**. **Salier** et **poivrer**. Ajouter le **canard** à une grande casserole non chauffée, côté peau vers le bas. Faire cuire à feu moyen de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que la peau soit croustillante. Retourner et faire cuire de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le **canard** soit doré. Transférer le **canard** sur une autre plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, côté peau vers le haut. Faire rôtir au **centre** du four de 8 à 13 minutes, jusqu'à ce que le **canard** soit entièrement cuit**. Réserver le **gras de canard** dans la poêle.



Terminer le cari

Lorsque les **potatoes** sont presque tendres, incorporer le **bok choy**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 minutes en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **bok choy** soit légèrement croustillant.



Faire cuire le riz

Pendant que le **canard**, ajouter dans une casserole moyenne **1 ¼ tasse d'eau** et **¼ c. à thé de sucre** (doubler les quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition. Ajouter le **riz**, puis réduire à feu doux. Faire cuire à couvert de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que le **liquide** ait été absorbé. Retirer la casserole du feu. Garder couvert et réserver.



Terminer et servir

Séparer les **grains de riz** à la fourchette et incorporer le **zeste de lime**. Trancher finement le **canard**. Répartir le **riz** et le **cari** dans les bols. Garnir le **cari de canard**, puis parsemer d'**arachides**. Déchirer la **coriandre** sur le **cari**.

Le repas est prêt!