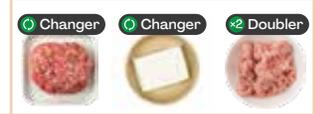




# Bols façon « rouleaux de printemps » au porc avec échalotes frites

Familiale

25 à 35 minutes



Boeuf haché 250 g | 500 g    Tofu 1 | 2    Porc haché 500 g | 1000 g

Protéine personnalisable + Ajouter    Changer    ou    x2 Doubler

Si vous avez choisi de modifier votre protéine, il vous suffit de suivre les icônes et les instructions spécifiques au verso de la fiche dans la colonne de droite, et le tour est joué. Vous pouvez également consulter votre recette personnalisée en ligne, à la page [hellofresh.ca](https://hellofresh.ca)



- Porc haché  
250 g | 500 g
- Échalotes frites  
56 g | 112 g
- Graines de sésame noir  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Chou vert, émincé  
113 g | 226 g
- Huile de sésame  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Riz au jasmin  
¾ tasse | 1 ½ tasse
- Purée de gingembre et d'ail  
2 c. à soupe | 4 c. à soupe
- Sauce aux prunes  
¼ tasse | ½ tasse
- Sauce hoisin  
4 c. à soupe | 8 c. à soupe
- Oignon vert  
2 | 4
- Vinaigre de riz assaisonné  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Carotte  
1 | 2

**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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



### Cuire le riz au sésame

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

- Chauffer une casserole moyenne à feu moyen.
- Ajouter l'**huile de sésame**, puis **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **purée de gingembre et d'ail** et le **riz**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **riz** soit grillé.
- Ajouter **1 ¼ tasse** (2 ½ tasses) d'**eau** et **½ c. à thé** (¼ c. à thé) de **sel**. Porter à ébullition à feu élevé.
- 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 du feu. Garder couvert et réserver.

2



### Préparer

- Entre-temps, émincer les **oignons verts**.
- Éplucher, puis râper la **carotte**.

3



### Mariner la salade de chou

- Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre**, **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Ajouter le **chou**, la **carotte** et les **oignons verts**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.

4



### Cuire le porc

[Changer](#) | [Bœuf haché](#)

[Changer](#) | [Tofu](#)

[\\*2 Doubler](#) | [Porc haché](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **porc**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Ajouter la **sauce hoisin** et le **reste** de la **purée de gingembre et d'ail**.
- Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **porc** soit enrobé. **Saler** et **poivrer**, au goût.

5



### Terminer et servir

- Séparer le **riz** à la fourchette, puis ajouter les **graines de sésame** et mélanger.
- Répartir le **riz au sésame** dans les bols. Garnir de porc et de **salade de chou**.
- Arroser d'**un filet** de **sauce aux prunes**.
- Parsemer d'**échalotes frites**.

Unités de mesure à chaque étape | **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) | **d'huile** | 2 personnes | 4 personnes | Ingrédient

### 4 | Cuire le bœuf

[Changer](#) | [Bœuf haché](#)

Si vous avez choisi le **bœuf**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **porc**\*\*.

Égoutter soigneusement l'excédent de gras. Suivre le reste de la recette comme indiqué.

### 4 | Cuire le tofu

[Changer](#) | [Tofu](#)

Si vous avez choisi le **tofu**, le sécher à l'aide un essuie-tout puis l'émietter en morceaux de la taille de petits pois. À la poêle chaude, ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** puis le **tofu**. Cuire de 6 à 7 min, de la même façon que la recette vous indique de cuire le **porc**, jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

### 4 | Cuire le porc

[\\*2 Doubler](#) | [Porc haché](#)

Si vous avez doublé le **porc haché**, le préparer et le cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire la **portion régulière de porc haché**. Cuire par étape, au besoin.

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).