



Wraps au porc grillé à la sauce hoisin façon vietnamienne

avec salsa de menthe et de concombres, mayo épicée et arachides

Familiale

Barbecue

Épicée

30 à 40 minutes

x2 Doubler



Côtelettes de porc, désossées
680 g | 1360 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



Côtelettes de porc, désossées
340 g | 680 g



Sauce hoisin
4 c. à soupe | 8 c. à soupe



Bébé épinards
56 g | 113 g



Mini concombre
1 | 2



Oignon vert
1 | 2



Lime
1 | 2



Menthe
7 g | 7 g



Mayo épicée
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Tortillas de farine
6 | 12



Arachides, hachées
28 g | 56 g



Mélange d'épices moo shu
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Carotte
1/2 | 1

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



Préparer

- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Préchauffer le barbecue à 205 °C (400 °F) à feu moyen.

- Zester, puis presser la **lime**.
- Couper le **concombre** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Émincer les **oignons verts**.
- Détacher **quelques feuilles de menthe** des **branches**, puis en hacher grossièrement **2 c. à thé** (4 c. à thé).
- Hacher grossièrement les **épinards**.
- Éplucher la **carotte**, puis râper grossièrement la **moitié** (la carotte entière pour 4 pers.).

4



Chauffer les tortillas

- Entre-temps, envelopper les **tortillas** dans du papier d'aluminium. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., faire 2 piles de 6 tortillas chacune.) Cette étape est facultative.)
- À la mi-cuisson du **porc**, disposer la pile de **tortillas** sur la grille, à côté du **porc**. Griller de 2 à 3 min par côté, en retournant une fois, jusqu'à ce que les **tortillas** soient bien chaudes.
- Retirer de la grille et réserver.

2



Mariner le porc et préparer la salsa

*2 Doubler | Côtelettes de porc

- Sécher le **porc** avec un essuie-tout. Assaisonner du **mélange d'épices moo shu**, **saler** et **poivrer**.
- Dans un grand bol, mélanger la **moitié** de la **sauce hoisin** et ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. Ajouter le **porc**, puis retourner pour enrober. Laisser mariner.
- Dans un bol moyen, ajouter la **moitié** du **jus de lime** et ½ **c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre**. Assaisonner d'**une pincée** de **sel**, puis fouetter jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.
- Ajouter la **menthe hachée**, les **concombres** et le **quart** des **oignons verts**. Bien mélanger. Réserver.

5



Assembler la salade

- Dans un autre grand bol, ajouter le **zeste de lime**, le **reste** du **jus de lime**, ½ **c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre** et ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis fouetter jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.
- Ajouter les **épinards**, les **carottes** et le **reste** des **oignons verts**. Bien mélanger.

3



Griller le porc

- Disposer le **porc** sur la grille du barbecue. Refermer le couvercle et griller de 4 à 5 min par côté, en retournant une fois, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit**.

6



Terminer et servir

- Trancher finement le **porc**.
- Répartir le **mélange d'épinards** et le **porc** dans les **tortillas**.
- Arroser d'un **filet** de **mayo épicée** et du **reste** de la **sauce hoisin**.
- Napper de **salsa** et parsemer d'**arachides**.
- Déchirer grossièrement le **reste** de la **menthe**, puis en parsemer les **tortillas**, si désiré.

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

2 | Mariner le porc et préparer la salsa

*2 Doubler | Côtelettes de porc

Si vous avez doublé le **porc**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire la **portion régulière de porc**. Cuire en plusieurs étapes, au besoin.

**Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.