



# Crevettes au gingembre et à la sauce hoisin

## avec salade croquante et vinaigrette aux arachides et à la lime

Repas futé 25 minutes



Tilapia

300 g | 600 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)



- Crevettes  
285 g | 570 g
- Mélange printanier  
113 g | 227 g
- Poivron  
1 | 2
- Carotte, en julienne  
56 g | 112 g
- Lime  
1 | 2
- Oignon vert  
2 | 4
- Sauce hoisin  
4 c. à soupe | 8 c. à soupe
- Beurre d'arachides  
1 | 2
- Échalotes frites  
28 g | 56 g
- Mélange d'épices moo shu  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Vinaigre de riz assaisonné  
2 c. à soupe | 4 c. à soupe
- Radis  
3 | 6

**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



## Mariner les radis et les carottes

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

- Trancher finement les **radis**.
- Dans une petite casserole, ajouter les **radis**, les **carottes**, le **vinaigre**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**eau** et **2 c. à thé** (4 c. à thé) de **sucre**. **Saler**. Porter à légère ébullition à feu moyen-élevé. Laisser mijoter de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.
- Transférer les **radis** et les **carottes**, avec la **marinade**, dans un grand bol. Laisser refroidir au frigo.
- Dans un petit bol, laisser ramollir les sachets scellés de **beurre d'arachides** dans **1 tasse d'eau tiède** (la même qté pour 4 pers.).

2



## Préparer

- Zester, puis presser la **lime**.
- Évider, puis trancher finement le **poivron**.
- Émincer les **oignons verts** et séparer les **morceaux verts** des **morceaux blancs**.

3



## Préparer la vinaigrette aux arachides et à la lime

- Retirer les sachets de **beurre d'arachides** du bol et jeter l'eau.
- Dans le même bol, ajouter le **beurre d'arachides**, la **moitié** de la **sauce hoisin**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **jus de lime** et **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**. Fouetter jusqu'à ce que le mélange soit homogène.

4



## Cuire les crevettes

Changer | Tilapia

- À l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **crevettes**, les **morceaux blancs** des **oignons verts** et le **mélange d'épices moo shu**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses\*\*.
- Retirer du feu. Ajouter le **zeste de lime** et le **reste** de la **sauce hoisin**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger.

5



## Terminer et servir

- À l'aide d'un tamis, égoutter les **radis** et les **carottes**, puis jeter la marinade. Ajouter les **poivrons**, le **mélange printanier**, les **concombres** et la **vinaigrette aux arachides et à la lime**. Remuer pour enrober.
- Répartir la **salade** dans les assiettes.
- Garnir de **crevettes**.
- Parsemer d'**échalotes frites** et du **reste** des **oignons verts**.

## 4 | Cuire le tilapia

Changer | Tilapia

Si vous avez choisi le **tilapia**, le sécher avec un essuie-tout. Couper le **tilapia** en morceaux de 4 cm (1 ½ po). Cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire les **crevettes**, en augmentant le temps de cuisson à 3 à 5 min, jusqu'à ce que le **tilapia** soit opaque\*\*. Suivre le reste de la recette telle qu'elle est écrite.

\*\* Cuire les crevettes et le tilapia jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 70 °C (158 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.