



Bols de porc haché façon philippine

avec poivrons et pois sucrés

Familiale

25 à 35 minutes

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

Changer



Boeuf haché
250 g | 500 g

Changer



Tofu
1 | 2



Porc haché
250 g | 500 g



Riz basmati
¾ tasse | 1 ½ tasse



Pois sucrés
113 g | 227 g



Poivron
1 | 2



Oignon vert
2 | 4



Échalotes frites
28 g | 56 g



Sauce soya
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Purée de
gingembre et d'ail
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Vinaigre de riz
assaisonné
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Cassonade
1 c. à soupe |
2 c. à soupe



Fécule de maïs
1 c. à soupe |
2 c. à soupe



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

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- À une casserole moyenne, ajouter **1 ¼ tasse** (2 ½ tasses) d'**eau** et **⅛ c. à thé** (¼ c. à thé) de **sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter le **riz**, puis 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 la casserole du feu. Garder couvert et réserver.

2



Préparer

- Entre-temps, parer les **pois sucrés** et les couper en deux.
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Émincer les **oignons verts** et séparer les **morceaux verts** des **morceaux blancs**.

3



Cuire les légumes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **morceaux blancs des oignons verts**, les **pois sucrés** et les **poivrons**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- Retirer du feu, puis transférer dans une assiette.

4



Préparer la sauce

- Entre-temps, ajouter à un bol moyen le **vinaigre**, la **caissonade**, la **purée de gingembre et d'ail**, la **sauce soya**, la **fécule de maïs** et **½ tasse** (¾ tasse) d'**eau**. **Poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.

5



Cuire le porc

- [Changer](#) | **Bœuf haché**
- [Changer](#) | **Tofu**
- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) 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**. Continuer à cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Ajouter les **légumes**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit bien chaud.

6



Terminer et servir

- Séparer le **riz** à la fourchette, puis ajouter la **moitié** des **échalotes frites** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**. **Saler**, puis bien mélanger.
- Répartir le **riz** dans les bols. Garnir du **mélange de porc et de légumes**.
- Parsemer du **reste** des **oignons verts** et du **reste** des **échalotes frites**.

5 | 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****.

5 | Cuire le tofu

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

Si vous avez choisi le **tofu**, le sécher avec un essuie-tout puis l'émietter en morceaux de la taille de petits pois. Lorsque la poêle est 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 que le **tofu** soit doré.

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