



Bols de bœuf et de porc façon bulgogi avec riz au beurre, maïs et mayo au gochujang

Familiale

Épicée

30 minutes

Protéine personnalisable

+ Ajouter

⌚ Changer

ou

×2 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://www.hellofresh.ca)

⌚ Changer



Dinde hachée
250 g | 500 g

⌚ Changer



Tofu
1 | 2



Mélange de bœuf et de porc hachés
250 g | 500 g



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



Huile de sésame
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Oignon vert
2 | 4



Carotte, en julienne
56 g | 113 g



Gousses d'ail
1 | 2



Maïs en grains
113 g | 227 g



Riz basmati
¾ tasse | 1 ½ tasse



Gochujang
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Mayonnaise
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Jeunes épinards
28 g | 56 g

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.

Quantités d'ingrédients 56 g | 113 g
2 personnes | 4 personnes

1



Cuire le riz et le maïs

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

- À l'aide d'un tamis, rincer le **riz** jusqu'à ce que l'**eau** soit claire.
- Dans une casserole moyenne, ajouter le **riz**, **1 tasse** (2 tasses) d'**eau** et **¼ c. à thé** (¼ c. à thé) de **sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter le **maïs**, mélanger, puis porter de nouveau à ébullition. 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** et séparer les **morceaux verts** des **morceaux blancs**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise** et la **moitié** du **gochujang** (toute la qté pour 4 pers.). **Saler**, puis bien mélanger.

3



Commencer le bulgogi

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

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

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter l'**huile de sésame**, puis le **mélange de bœuf et de porc**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant la **viande** en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée**.
- Conserver **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) de **gras** dans la poêle, puis jeter l'excédent avec précaution.

4



Terminer le bulgogi

- Dans la poêle contenant la **viande**, ajouter les **carottes**, les **morceaux blancs des oignons verts** et l'**ail**.
- Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **carottes** ramollissent légèrement.
- Ajouter la **sauce soya**, **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **sucre**, **⅓ tasse** (⅔ tasse) d'**eau** et les **épinards**.
- Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent que la **moitié** du **liquide** ait été absorbée.
- **Poivrer**.

5



Terminer et servir

- Dans la casserole contenant le **riz** et le **maïs**, ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**. Remuer jusqu'à ce qu'il fonde. **Poivrer**.
- Répartir le **riz au beurre et au maïs** dans les bols. Garnir de **bulgogi**.
- Parsemer du **reste** des **oignons verts**.
- Couronner d'**un soupçon** de **mayo au gochujang**, si désiré.

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

Si vous avez commandé 6 portions, triplez les quantités de la recette pour 2 portions. Il se peut que vous ayez besoin de cuire en plusieurs étapes ou d'utiliser des plats de cuisson plus grands. À noter : De plus grandes quantités peuvent correspondre à des temps de cuisson plus longs, il faut donc suivre les indications visuelles et de température.

3 | Commencer le bulgogi

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, la cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **mélange de bœuf et de porc****. Ne pas tenir compte des instructions pour égoutter l'excédent de gras.

3 | Commencer le bulgogi

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

Si vous avez choisi le **tofu**, le sécher avec un essuie-tout, puis l'émietter en morceaux de la taille d'un petit pois. Cuire de 6 à 7 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Ne pas tenir compte des instructions pour égoutter l'excédent de gras.