

# Salade colorée de porc

## avec salsa de maïs grillé et crème au chipotle

Repas futé

25 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



Boeuf haché

250 g | 500 g

○ Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Porc haché  
250 g | 500 g



Croustilles de maïs  
42 ½ g | 85 g



Mélange printanier  
113 g | 227 g



Maïs en grains  
113 g | 227 g



Tomate  
1 | 2



Oignon rouge  
1 | 2



Oignon vert  
1 | 2



Lime  
1 | 2



Crème sure  
1 | 2



Sauce au chipotle  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Pâte tex-mex  
1 c. à soupe |  
2 c. à soupe



Vinaigre de riz  
assaisonné  
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.

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

1



## Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Peler, puis couper l'**oignon rouge** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Zester, puis presser la **lime**.
- Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Émincer l'**oignon vert**.
- Dans un grand bol, ajouter le **vinaigre**, ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : C'est votre vinaigrette.)

4



## Préparer la salsa et la crème au chipotle

- Entre-temps, ajouter les **tomates**, la **moitié** des **oignons verts** et **2 c. à thé** (4 c. à thé) de **jus de lime** dans le bol moyen contenant les **légumes grillés**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.
- Dans un petit bol, ajouter la **sauce au chipotle**, la **crème sure** et le **zeste de lime**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.

2



## Griller les légumes

- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser le **maïs** et les **oignons rouges** de ½ c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 6 à 7 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement grillés.
- Transférer dans un bol moyen.

5



## Terminer et servir

- Couper un coin de l'emballage de **croustilles de maïs**. Écraser légèrement la **moitié** des **croustilles** (toute la qté pour 4 portions).
- Dans le grand bol contenant la **vinaigrette**, ajouter le **mélange printanier**. Remuer pour enrober.
- Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir de **porc**, de **salsa de maïs** et de **croustilles émiettées**.
- Couronner d'un **souffçon** de **crème au chipotle** et parsemer du **reste** des **oignons verts**.

3



## Cuire le porc

- Changez | **Bœuf haché**
- Changez | **Beyond Meat®**

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **porc** à la poêle sèche.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Ajouter la **pâte tex-mex** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épices** dégagent leur arôme.
- **Saler et poivrer**.

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 | Cuire le bœuf

- Changez | **Bœuf haché**

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

## 3 | Cuire le Beyond Meat®

- Changez | **Beyond Meat®**

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, cuire de 5 à 6 min de la même façon que le **porc**, en brisant les **galettes** en bouchées, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes\*\*.