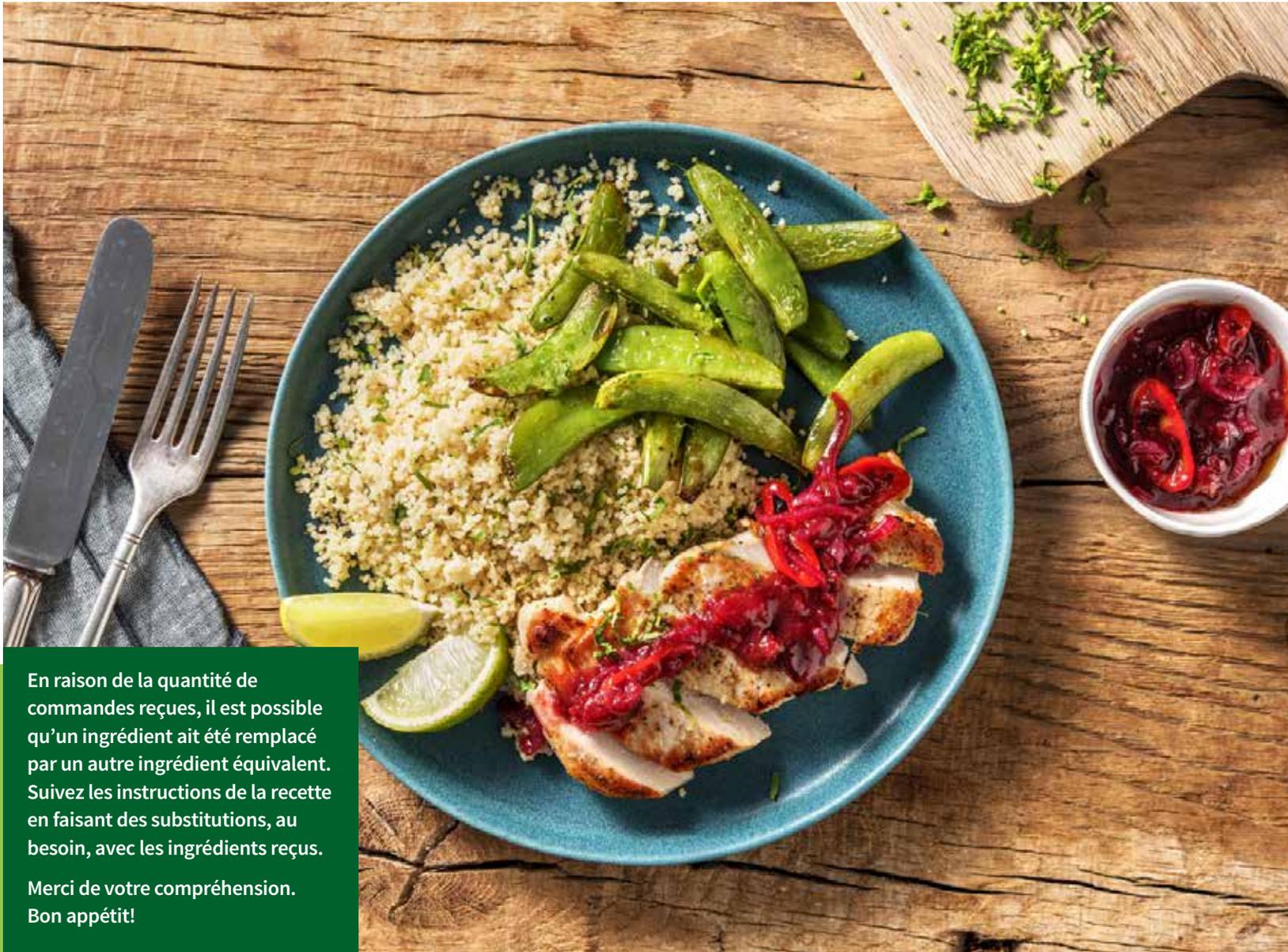




Côtelettes de porc avec sauce à la cerise épicée et couscous à la coriandre et à la lime

VARIÉTÉ ÉPICÉE 30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!



Côtelettes de porc, désossées



Confiture de cerises



Piment chili



Échalote



Couscous



Coriandre



Lime



Pois sugar snap



Concentré de bouillon de poulet

BONJOUR CONFITURE DE CERISES!

Sucrée, acidulée et parfaite pour les sauces et vinaigrettes!

COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 425 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4:

- Doux: ¼ c. à thé
- Moyen: ½ c. à thé
- Épicé: 1 c. à thé

Sortir

Plaque à cuisson, grande poêle antiadhésive, cuillères à mesurer, essuie-tout, zesteur, casserole moyenne, tasses à mesurer

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Côtelettes de porc, désossées	340 g	680 g
Confiture de cerises	3 c. à table	6 c. à table
Piment chili	1	2
Échalote	50 g	100 g
Couscous	½ tasse	1 tasse
Coriandre	7 g	14 g
Lime	1	2
Pois sugar snap	227 g	454 g
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Beurre non salé*	2 c. à table	4 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte.

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



1. PRÉPARATION

Hacher grossièrement la **coriandre**. Peler, puis émincer l'**échalote**. Zester et presser la **moitié** de la **lime**, puis couper le **reste** en quartiers. Parer les **pois sugar snap**. Sécher le **porc** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**. Émincer le **piment**. (NOTE : il est recommandé d'utiliser des gants de cuisine à cette étape.)



4. PRÉPARER LA SAUCE

Pendant que les **pois sugar snap** et le **porc** cuisent, ajouter **2 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers) dans la même poêle à feu moyen, puis ajouter **½ c. à thé** de **piment** (se référer au guide pour la quantité) et les **échalotes**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'elles soient dorées, de 2 à 3 min. Incorporer la **confiture de cerises** et **½ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers). Cuire en remuant souvent jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 3 à 4 min. Incorporer le **jus de lime**, puis **saler** et **poivrer**.



2. PRÉPARER LE COUSCOUS

Dans une casserole moyenne à feu élevé, ajouter **¾ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers) et le **concentré de bouillon**, puis porter à ébullition. Lorsque l'**eau** bout, retirer la casserole du feu, puis ajouter le **couscous** et mélanger. Couvrir et laisser reposer, 5 min.



5. FINIR LE COUSCOUS

Séparer les grains de **couscous** à la fourchette, puis ajouter le **zeste de lime** et la **moitié** de la **coriandre**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger.



3. CUIRE LE PORC ET LES POIS

Pendant que le **couscous** cuit, mettre **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers) dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, puis ajouter le **porc**. Poêler jusqu'à ce qu'il soit doré, de 2 à 3 min par côté. Entre-temps, sur un côté d'une plaque à cuisson, arroser les **pois sugar snap** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Transférer le **porc** sur l'autre côté de la plaque. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce que les **pois sugar snap** soient tendres et que le **porc** soit entièrement cuit, de 6 à 7 min.**



6. FINIR ET SERVIR

Couper le **porc** en tranches. Répartir le **couscous**, les **pois sugar snap** et le **porc** dans les assiettes. Napper le **porc** de **sauce épicée à la cerise** et saupoudrer **du reste** de **coriandre**. Arroser du jus d'un **quartier de lime**, au goût.

Le souper, c'est réglé!