



Pad thaï au bœuf

avec nouilles de riz et arachides

PRONTO 30 minutes



Lanières de bœuf



Nouilles de riz



Coriandre



Arachides, hachées



Carotte



Pois sugar snap



Sauce pour sautés



Huile de sésame



Ail



Ketchup

BONJOUR PAD THAI!

Un incontournable de la bouffe de rue thaïlandaise appréciée aux quatre coins du monde!

Bon départ

Avant de commencer, laver et sécher tous les aliments.

Sortez

Cuillères à mesurer, essuie-tout, grande casserole, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, épiluche-légumes

Ingrédients

| | 2 pers | 4 pers |
|--------------------|--------------|--------------|
| Lanières de bœuf | 285 g | 570 g |
| Nouilles de riz | 200 g | 400 g |
| Coriandre | 7 g | 14 g |
| Arachides, hachées | 28 g | 56 g |
| Carotte | 170 g | 340 g |
| Pois sugar snap | 113 g | 227 g |
| Sauce pour sautés | ¼ tasse | ½ tasse |
| Huile de sésame | 1 c. à table | 2 c. à table |
| Ail | 3 g | 6 g |
| Ketchup | 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 trousse 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

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses** d'eau et **2 c. à thé** de sel. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Hacher grossièrement la **coriandre**. Parer les **pois sugar snap**. Peler les **carottes**, puis les couper en rondelles de 0,25 cm (1/8 po). Peler, puis émincer l'**ail**. Sécher le **bœuf** avec un essuie-tout, puis en couper les plus gros morceaux en deux.



4. CUIRE LE BŒUF

Dans la même poêle, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis le **bœuf** et l'**ail**. **Saler** et **poivrer**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'il soit brun doré, de 3 à 5 min. ****** (**ASTUCE**: cuire en étapes pour 4 pers.)



2. CUIRE LES NOUILLES DE RIZ

Ajouter les **nouilles de riz** à l'**eau bouillante**. Baisser à feu moyen. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'elles soient tendres, de 6 à 8 min. Égoutter et rincer les **nouilles** à l'**eau froide**. (**ASTUCE**: les nouilles colleront ainsi moins les unes aux autres!) Réserver.



5. FINIR ET SERVIR

Dans la même poêle, ajouter la **sauce pour sautés** et le **ketchup**. Bien mélanger, puis ajouter les **nouilles** et les **légumes**. Bien mélanger pour couvrir les **nouilles** de **sauce**. Répartir le **pad thaï** dans les bols. Saupoudrer d'**arachides** et de **coriandre**.



3. CUIRE LES LÉGUMES

Pendant que les **nouilles** cuisent, mettre l'**huile de sésame** dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, puis ajouter les **carottes** et les **pois sugar snap**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants, de 3 à 4 min. Réserver les **légumes** dans une assiette.



6. UN ŒUF AVEC ÇA?!

Dans un petit bol, battre **2 œufs**. Dans une petite poêle à feu moyen-doux, ajouter **½ c. à table** d'**huile**, puis les **œufs**. À l'aide d'une spatule, brouiller les **œufs** jusqu'à ce qu'ils soient tout juste cuits, de 2 à 3 min. Incorporer au **pad thaï**.

Le souper, c'est réglé!