

# Bols colorés de crevettes

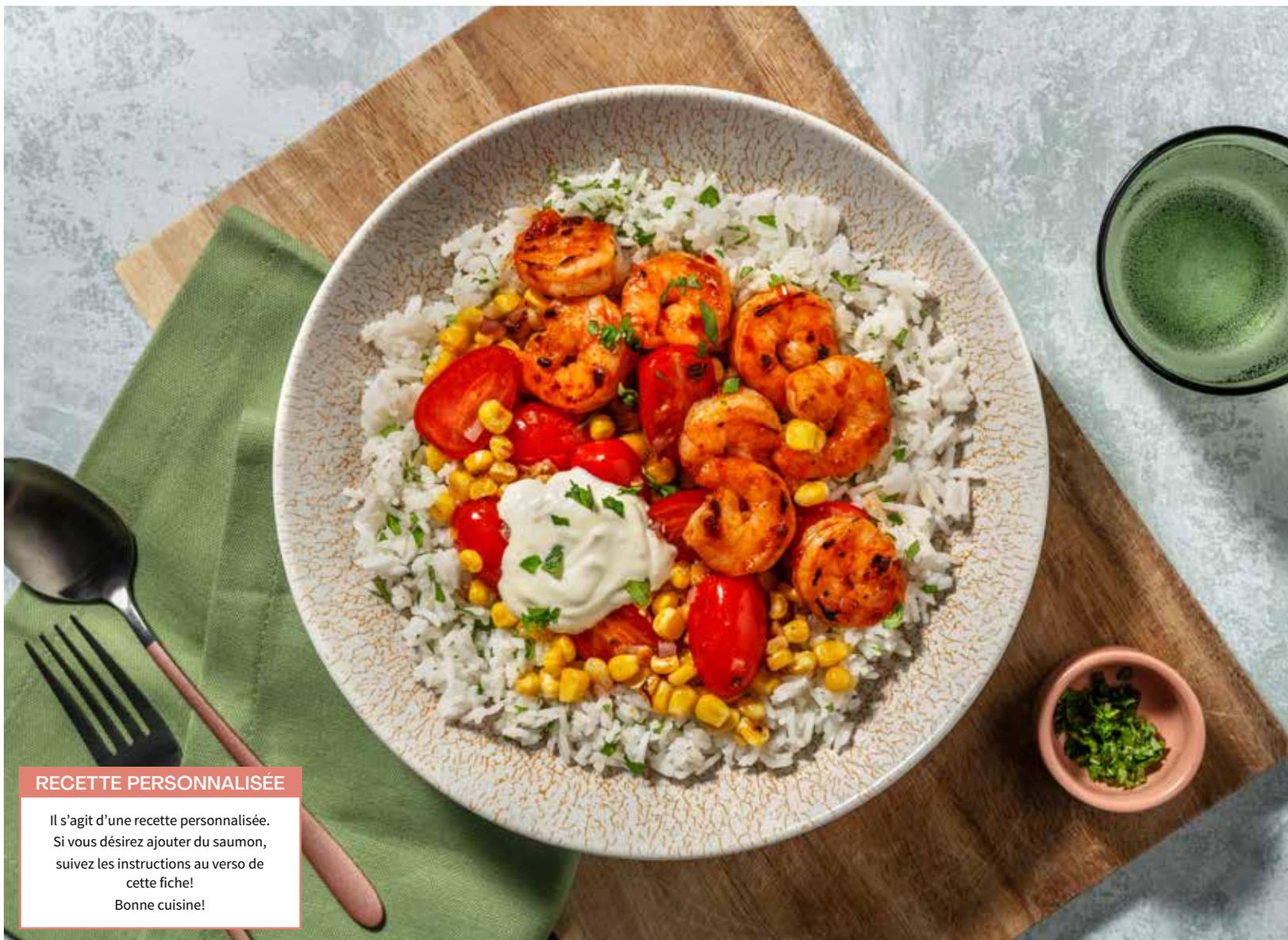
avec riz à la coriandre et crème à la lime

Rapido

25 minutes



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.



## RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.  
Si vous désirez ajouter du saumon,  
suivez les instructions au verso de  
cette fiche!  
Bonne cuisine!



Crevettes



Filet de saumon, avec la peau



Riz basmati



Petites tomates



Maïs en grains



Échalote



Lime



Coriandre



Crème sure



Pâte tex-mex



Sel d'ail

BONJOUR PÂTE TEX-MEX

Une combinaison de saveurs fumées, sucrées et épicées pour un assaisonnement tex-mex parfait!

# D'abord

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

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

## Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, tamis, zesteur, casserole moyenne, petit bol, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Filet de saumon, avec la peau	250 g	500 g
Riz basmati	¾ tasse	1 ½ tasse
Petites tomates	113 g	227 g
Maïs en grains	56 g	113 g
Échalote	50 g	100 g
Lime	1	2
Coriandre	7 g	14 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Pâte tex-mex	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire les crevettes et le saumon jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 70 °C (158 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

## 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, des sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.

## Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter YouTube @HelloFreshCA

1



### Cuire le riz

- Dans une casserole moyenne, ajouter le **sel d'ail**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre** et **1 ¼ tasse** (2 ½ tasses) d'**eau**. 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 du feu. Garder couvert et réserver.

4



### Assaisonner les légumes

- Dans un bol moyen, ajouter le **reste du jus de lime**, le **reste du zeste de lime**, **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger en fouettant.
- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter les **tomates**, le **maïs** et les **échalotes**, puis bien mélanger.

Si vous avez choisi d'ajouter le **saumon**, le sécher avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**. Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **saumon**. Poêler le **saumon** de 3 à 4 min par côté, jusqu'à ce qu'il soit doré et entièrement cuit\*\*. Retirer la poêle du feu et transférer le **saumon** dans une assiette.

2



### Préparer

- Entre-temps, peler, puis hacher finement l'**échalote**.
- Hacher finement la **coriandre**.
- Zester, puis presser la **lime**.
- Couper les **tomates** en deux.
- Dans un petit bol, ajouter la **crème sure**, **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) de **jus de lime** et **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **zeste de lime**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE**: C'est votre crème à la lime!)

5



### Préparer et cuire les crevettes

- À l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout.
- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **crevettes**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses\*\*.
- Ajouter la **pâte tex-mex** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**eau**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** dégage son arôme et que les **crevettes** soient enrobées.
- Retirer la poêle du feu.

3



### Cuire le maïs et les échalotes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis la **moitié** du **maïs**. Cuire pendant 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **maïs** commence à brunir.
- Ajouter les **échalotes**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **échalotes** soient tendres. **Saler** et **poivrer**.
- Retirer la casserole du feu, puis réserver les **légumes** dans une assiette.

6



### Terminer et servir

- Séparer le **riz** à la fourchette, puis ajouter la **moitié** de la **coriandre**.
- Répartir le **riz** dans les bols. Garnir de **légumes** et de **crevettes**.
- Couronner d'un **souppçon** de **crème à la lime**, puis parsemer du **reste** de la **coriandre**.

Garnir les bols de **saumon**.

**Le souper, c'est réglé!**