



Crevettes glacées au gochujang avec riz frit

ÉPICÉE VARIÉTÉ 30 minutes



Crevettes



Gochujang



Graines de sésame



Oignons verts



Riz au jasmin



Pois sugar snap



Mélange mirin-soja



Fécule de maïs



Gingembre



Ail



Poivron

BONJOUR GOCHUJANG!

Une pâte de piment sucrée, salée et épicée communément utilisée en cuisine coréenne.

Bon départ

Avant de commencer, laver et sécher tous les aliments.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 3:

- Épicé: ½ c. à table
- Très épicé: 1 c. à table

Sortez

Grande poêle antiadhésive, casserole moyenne, essuie-tout, passoire, 2 bols moyens, tasses à mesurer, cuillères à mesurer

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Crevettes	285 g	570 g
Gochujang 🌶️	1 c. à table	2 c. à table
Graines de sésame	1 c. à table	2 c. à table
Oignons verts	2	4
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Pois sugar snap	113 g	227 g
Mélange mirin-soja	¼ tasse	½ tasse
Fécule de maïs	1 c. à table	2 c. à table
Gingembre	30 g	30 g
Ail	6 g	12 g
Poivron	160 g	320 g
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 74°C/165°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

Porter **1 ¼ tasse** d'eau (doubler pour 4 pers) à ébullition dans une casserole moyenne à couvert. Entre-temps, peler, puis râper finement **1 c. à table** de **gingembre** (doubler pour 4 pers). Émincer les **oignons verts**. Évider les **poivrons**, puis les couper en lanières de 0,5 cm (¼ po). Parer les **pois sugar snap**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. À l'aide d'une passoire, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout.



4. CUIRE LES LÉGUMES

Dans une grande poêle antiadhésive sèche à feu moyen, ajouter les **graines de sésame**. Griller en remuant souvent jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 3 à 4 min. Réserver dans une assiette. Dans la même poêle à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis les **poivrons** 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.



2. CUIRE LE RIZ

Ajouter le **riz** et le **gingembre** à l'**eau bouillante**. Bien mélanger, puis baisser à feu doux. Cuire à couvert jusqu'à ce que le **riz** soit tendre et que l'**eau** soit absorbée, de 12 à 14 min.



5. CUIRE LES CREVETTES ET ASSEMBLER

Réserver les **légumes** dans un autre bol moyen. Dans la même poêle, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis les **crevettes** et le **glacage**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses et que le **glacage** épaississe, de 2 à 3 min.** (**NOTE**: cuire en 2 étapes pour 4 pers, en utilisant 1 c. à table d'huile chaque fois!) Ajouter les **légumes** et bien mélanger.



3. PRÉPARER LE GLACAGE

Pendant que le **riz** cuit, fouetter le **mélange mirin-soja**, l'**ail**, la **fécule de maïs**, **1 c. à thé** de **sucre**, **½ tasse** d'**eau** et **½ c. à table** de **gochujang** (tout doubler pour 4 pers) dans un bol moyen (**NOTE**: se référer à la section Bon départ pour le niveau d'épice). Réserver.



6. FINIR ET SERVIR

Séparer les grains de **riz** à la fourchette, puis incorporer **la moitié** des **oignons verts** et **la moitié** des **graines de sésame**. **Salier**. Répartir le **riz** dans les bols, puis garnir de **crevettes** et de **légumes**. Saupoudrer **du reste** d'**oignons verts** et **du reste** de **graines de sésame**.

Le souper, c'est réglé!