



# Nouilles au porc dans une sauce tahini-hoisin

## avec légumes et arachides

Rapido

Épicée (au goût)

20 minutes

Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

Changer



Tofu

1 | 2

Recette personnalisée

+ 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://hellofresh.ca)



Porc haché  
250 g | 500 g



Spaghettis  
170 g | 340 g



Tahini  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Sauce hoisin  
¼ tasse | ½ tasse



Sauce aux piments  
et à l'ail  
1 c. à soupe |  
2 c. à soupe



Sauce soya  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Poivron  
1 | 2



Bok choy de  
Shanghai  
2 | 4



Oignon vert  
2 | 4



Arachides, hachées  
28 g | 56 g



Purée d'ail et de  
gingembre  
2 c. à soupe |  
4 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.

1



## Cuire les nouilles

- Avant de commencer, ajouter dans une grande casserole 10 tasses d'eau et 2 c. à thé de sel (les mêmes qtés pour 4 pers.).
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 : 1 c. à thé (2 c. à thé) doux, 2 c. à thé (4 c. à thé) moyen, 1 c. à soupe (2 c. à soupe) épice!

🔄 Changer | Tofu

- Ajouter les **nouilles** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **nouilles** soient tendres.
- Réserver  $\frac{1}{3}$  tasse ( $\frac{2}{3}$  tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **nouilles**.

4



## Cuire les légumes

- Pousser le **porc** sur une moitié de la poêle.
- Ajouter le **bok choy** et les **poivrons**. **Saler** et **poivrer**.
- Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient tendres.
- Ajouter les **oignons verts**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent.

2



## Préparer et mélanger la sauce

- Entre-temps, évider, puis couper le **poivron** en lanières de 0,5 cm ( $\frac{1}{4}$  po).
- Couper le **bok choy** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Couper les **oignons verts** en morceaux de 1,25 cm ( $\frac{1}{2}$  po).
- Dans un bol moyen, fouetter le **tahini**, la **sauce soya**, la **sauce hoisin** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **sauce aux piments et à l'ail** jusqu'à ce que le **mélange** soit homogène. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)

3



## Cuire le porc

🔄 Changer | Dinde hachée

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter  $\frac{1}{2}$  c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **porc**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Ajouter la **purée de gingembre et d'ail**.
- Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **porc** dégage son arôme. **Saler** et **poivrer**.

5



## Terminer les nouilles

- Pendant que les légumes cuisent, ajouter l'**eau de cuisson réservée** au bol contenant la **sauce**, puis fouetter jusqu'à ce que le **mélange** soit homogène.
- Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **mélange de sauce et le porc**. Cuire, en remuant constamment, jusqu'à ce que la **sauce** arrive à légère ébullition.
- Ajouter les **nouilles**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant constamment, jusqu'à ce que les **nouilles** soient enrobées et que la **sauce** épaississe.
- **Saler** et **poivrer**, au goût.

6



## Terminer et servir

- Répartir les **nouilles au porc** dans les bols.
- Parsemer d'**arachides**.

Unités de mesure à chaque étape

1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
2 personnes	4 personnes	Ingrédient

## 1 | Cuire les nouilles

🔄 Changer | Tofu

Si vous avez choisi le **tofu**, le sécher avec un essuie-tout puis l'émietter en morceaux de la taille de petits pois. Cuire de 6 à 7 min, de la même façon que la recette vous indique de cuire le **porc**, jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

## 2 | Cuire la dinde hachée

🔄 Changer | Dinde hachée

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

