

# Nouilles au porc dans une sauce tahini-hoisin avec mélange de légumes et arachides

Rapido

20 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 changer la protéine,  
suivez les instructions au verso de  
cette fiche!  
Bonne cuisine!



Porc haché



Dinde hachée



Nouilles chow mein



Tahini



Sauce hoisin



Sauce aux piments  
et à l'ail



Sauce soya



Mini poivrons



Bok choy de  
Shanghai



Oignon vert



Arachides, hachées



Purée de gingembre  
et d'ail

BONJOUR SAUCE HOISIN

Une sauce sucrée-salée qui rehausse les saveurs!

## D'abord

- 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.

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

### Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :

- Doux : 1 c. à thé (2 c. à thé)
- Moyen : 2 c. à thé (4 c. à thé)
- Épicé : 1 c. à soupe (2 c. à soupe)

## Matériel requis

Bol moyen, passoire, cuillères à mesurer, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Dinde hachée	250 g	500 g
Nouilles chow mein	200 g	400 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
Mini poivrons	1	2
Bok choy de Shanghai	2	4
Oignon vert	2	4
Arachides, hachées	28 g	56 g
Purée de gingembre et d'ail	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

## 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.



### Cuire le porc

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ 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 à la poêle. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Saler et poivrer.
- Transférer le porc dans une assiette.

Si vous avez choisi la dinde, la faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le porc\*\*.



### Cuire les légumes

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 1) à feu moyen-élevé.
- Ajouter le bok choy, ¼ tasse (½ tasse) d'eau et 1 c. à soupe (1 ½ c. à soupe) d'huile. Saler et poivrer.
- Cuire à couvert de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les légumes soient légèrement croquants et que l'eau s'évapore.
- Ajouter les oignons verts et les poivrons. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les poivrons soient légèrement croquants.



### Préparer et mélanger la sauce

- Entre-temps, évider, puis couper le poivron en lanières de 0,5 cm (¼ po).
- Couper le bok choy en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Couper les oignons verts en morceaux de 1,25 cm (½ 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. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)



### 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.



### Cuire les nouilles

- Ajouter les nouilles chow mein à l'eau bouillante. Cuire à découvert de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les nouilles soient tendres.
- Réserver ⅓ tasse (⅔ tasse) d'eau de cuisson, puis égoutter les nouilles à l'aide d'une passoire.
- Rincer à l'eau froide, jusqu'à ce que les nouilles refroidissent.
- Réserver pour laisser égoutter.



### Terminer et servir

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

Le souper, c'est réglé!