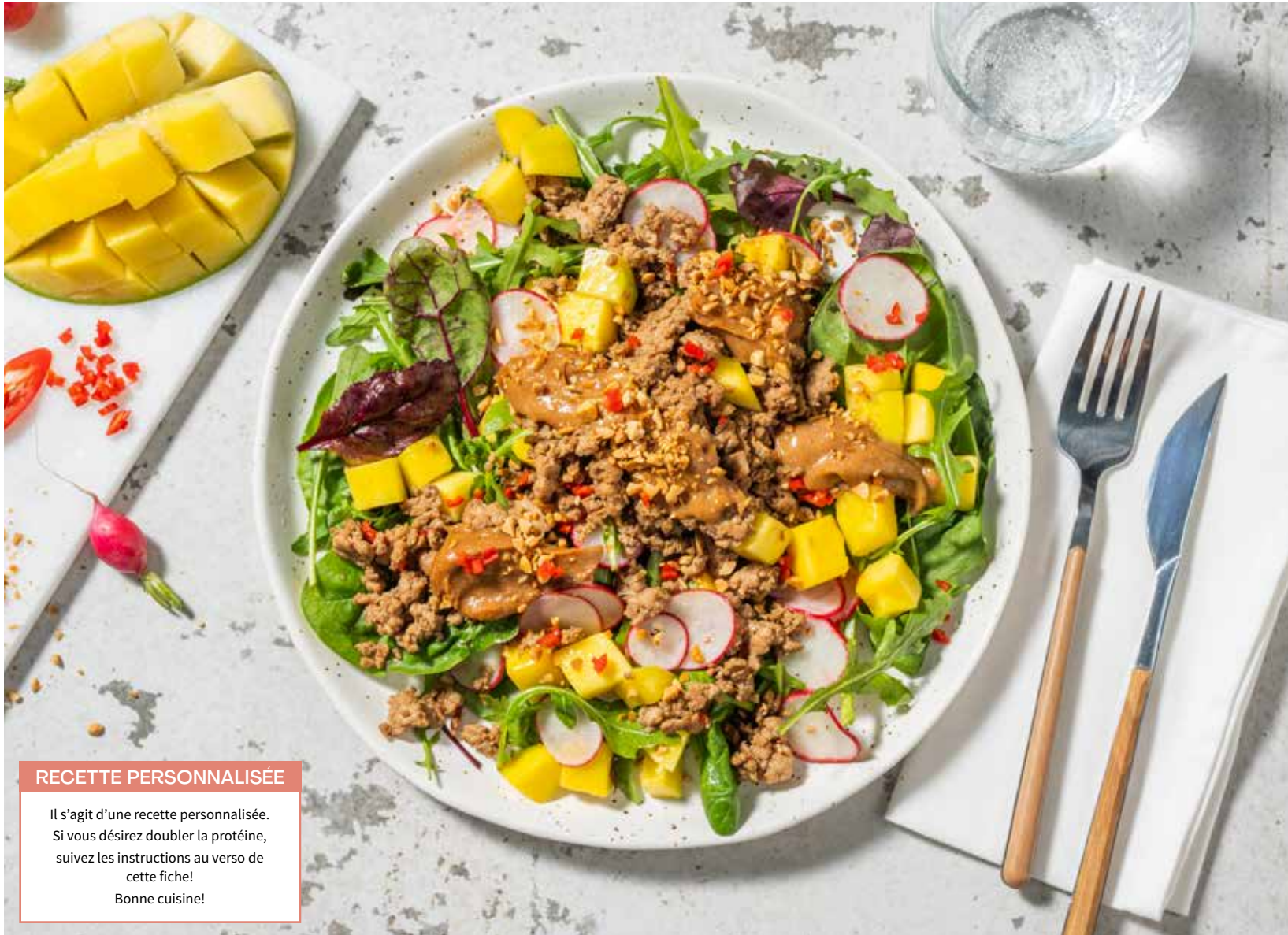


Salade de porc à la sauce satay avec radis marinés et mangue

Repas futé

Épicée (au goût)

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

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



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



Porc haché



Double porc haché



Mélange printanier



Gingembre



Radis



Mangue rouge



Piment chili rouge



Vinaigre de riz



Sauce soya



Beurre d'arachides



Miel



Arachides, hachées

BONJOUR BEURRE D'ARACHIDES

Un beurre de noix classique qui transforme vos sauces en un pur délice!

D'abord

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

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

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 :

- Doux : **¼ c. à thé** (½ c. à thé)
- Moyen : **½ c. à thé** (1 c. à thé)
- Épicé : **1 c. à thé** (2 c. à thé)
- Très épicé : **1 ½ c. à thé** (3 c. à thé)

Matériel requis

Épluche-légumes, cuillères à mesurer, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Double porc haché	500 g	1000 g
Mélange printanier	113 g	227 g
Gingembre	30 g	60 g
Radis	3	6
Mangue rouge	1	2
Piment chili rouge	1	2
Vinaigre de riz	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sauce soya	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Beurre d'arachides	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
Miel	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Arachides, hachées	28 g	56 g
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
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.

1



Griller les arachides

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter les **arachides** à la poêle sèche. Griller de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **noix de cajou** soient dorées. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer les **arachides** dans une assiette.

4



Cuire le porc

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 1) à feu moyen-élevé.
- Ajouter à la poêle sèche le **porc** et la **moitié du miel**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il soit légèrement grillé et entièrement cuit**.
- Ajouter la **moitié** de la **sauce soya**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **gingembre** et les **piments chili**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) **Saler** et **poivrer**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.

Si vous avez choisi le **double porc haché**, le préparer et le cuire en suivant les mêmes directives que celles pour la **portion régulière de porc haché**. Au besoin, faire cuire le **porc** en plusieurs étapes.

2



Mariner les radis

- Trancher finement les **radis**.
- Dans un grand bol, mélanger la **moitié** du **vinaigre**, **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter les **radis**, puis remuer pour enrober.

5



Préparer la sauce aux arachides

- Dans un petit bol, ajouter le **beurre d'arachides** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**eau tiède**. Fouetter jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- Ajouter le **reste** du **miel**, le **reste** de la **sauce soya** et le **reste** du **vinaigre**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.

3



Préparer

- Peler, dénoyer et couper la **mangue** en morceaux de 1,25 cm (½ po). (**CONSEIL** : Il est possible que la mangue ne soit pas complètement mûre; la recette fonctionnera bien qu'elle le soit ou non.)
- Peler, puis émincer ou râper le **gingembre**.
- Émincer le **piment chili**, en retirant les **graines** pour un goût plus doux. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)

6



Terminer et servir

- Dans le bol contenant les **légumes marinés**, ajouter le **mélange printanier** et la **mangue**, puis bien mélanger.
- Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir du **mélange de porc**.
- Arroser le **porc** d'un **filet** de **sauce aux arachides**.
- Parsemer d'**arachides** et du **reste** des **piments chili**, si désiré.

Le souper, c'est réglé!



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