

Bols de bœuf savoureux avec riz au gingembre et à l'ail et légumes

Épicée

Rapido

25 minutes



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



Bœuf haché



Riz au jasmin



Mélange de légumes



Oignon vert



Purée de gingembre et d'ail



Sauce au chili doux



Sauce aux huîtres végétarienne



Mayo épicée

BONJOUR SAUCE AUX HUÎTRES VÉGÉTARIENNE

Une sauce savoureuse qui ajoute du mordant aux sautés!

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, casserole moyenne, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Riz au jasmin	¾ tasse	1 ½ tasse
Mélange de légumes	170 g	340 g
Oignon vert	1	2
Purée de gingembre et d'ail	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sauce au chili doux 🌶️	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sauce aux huîtres végétarienne	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Mayo épicée 🌶️	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.



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 Pinterest @HelloFreshCA

1



Cuire le riz au gingembre et à l'ail

- Dans une casserole moyenne, ajouter **1 tasse** (2 tasses) d'**eau** et **1/8 c. à thé** (1/4 c. à thé) de **sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, à l'aide d'un tamis, rincer le **riz** jusqu'à ce que l'**eau** soit claire.
- Ajouter à l'**eau bouillante** le **riz** et la **moitié** de la **purée de gingembre et d'ail**. Bien mélanger. Réduire à feu moyen-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



Cuire le bœuf

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Réduire à feu moyen, puis ajouter le **mélange de sauce aux huîtres**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit bien chaud.
- **Poivrer**, au goût.

2



Préparer

- Entre-temps, émincer l'**oignon vert**.
- Dans un bol moyen, mélanger la **sauce aux huîtres**, la **sauce au chili doux**, le **reste** de la **purée de gingembre et d'ail**, et **1/4 tasse** (1/3 tasse) d'**eau**.

5



Terminer et servir

- Séparer le **riz** à la fourchette, puis ajouter la **moitié** des **oignons verts**.
- Répartir le **riz au gingembre et à l'ail** dans les bols. Garnir de **légumes**, de **bœuf** et d'**œufs frits**, le cas échéant.
- Arroser d'un **filet** de **mayo épicée** et parsemer du **reste** des **oignons verts**.

3



Cuire les légumes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **mélange de légumes** et **1/4 tasse** (1/3 tasse) d'**eau**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 5 à 7 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants et que l'**eau** ait été absorbée.
- Retirer du feu, puis transférer dans une assiette. Couvrir pour garder chaud.

6



Des cocos avec ça? (facultatif)

- Si désiré, pendant que le **bœuf** cuit, chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen-doux.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Craquer et ajouter **2 œufs** (4 œufs). **Saler** et **poivrer**. Poêler à couvert de 2 à 3 min, jusqu'à ce que les **blancs d'œufs** se figent**. (**REMARQUE** : Les jaunes d'œufs seront encore liquides.)

Le souper, c'est réglé!