

En mai...
fais ce qu'il te plaît
au Bas-Saint-Laurent

Boulettes de porc érable et gingembre



Du sirop d'érable
s'il vous plaît!

Portions
8 à 10

Préparation
20 minutes

Cuisson
10 minutes

Ingrédients

Les boulettes

2,2 livres (1 kg) de porc haché
2 cuillères à thé (10 ml)
d'ail frais
1/2 tasse (125 ml) d'oignon
haché
1/4 tasse (65 ml) de
carotte hachée
3 cuillères à soupe (45 ml)
de persil haché
2 cuillères à soupe (30 ml)
de sauce soya
2 cuillères à soupe (30 ml)
de gingembre frais
1 cuillère à thé (5 ml) de
sauce piquante
1 cuillère à thé (5 ml) de
vinaigre de riz
Poivre et sel au goût

La sauce

1/4 tasse (65 ml) d'huile
1/8 tasse (35 ml) de vinaigre
blanc
3/8 tasse (95 ml) de sauce soya
2 cuillères à soupe (30 ml)
d'oignon émincé
2 cuillères (30 ml) de
gingembre frais

1 cuillère à thé (5 ml) d'ail frais
1/4 tasse (65 ml) de sirop
d'érable
3 cuillères à soupe (45 ml) de
persil haché
1/2 cuillère à thé (3 ml) de
sauce piquante
1 cuillère à thé (5 ml) de
vinaigre de riz

Préparation

Mélanger le porc, l'ail, l'oignon, la carotte, le persil, la sauce soya, le gingembre, la sauce piquante, le vinaigre de riz, le sel et le poivre. Façonner des boulettes. Cuire les boulettes à la vapeur. Réserver. Faire sauter les boulettes dans un peu d'huile pour les dorer. Ajouter les ingrédients de la sauce, porter à ébullition et servir.

Source : Jean-Pierre Labonté

Québec
Une région qui vit
• Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation
• Ministère de l'Énergie, des Ressources naturelles et de l'Environnement
• Ministère des Ressources industrielles, du Commerce et des Pôles

RSQ
BAS-SAINT-LAURENT
Comité régional de développement et de
bien-être du Bas-Saint-Laurent



Les Saveurs du Bas-Saint-Laurent

www.saveursbsl.com