

## BOL POKÉ HAWAÏEN

### AU JAMBON À L'ÉRABLE

selon Bob le Chef



Ce qui est bon pour ma pizza est bon pour mon bol poké. En attendant le printemps québécois en voici un inspiré du paradis du surf!

### INGRÉDIENTS

- 1 litre (4 tasses) de riz cuit (utilise le riz que tu préfères, moi j'ai pris du riz jasmin)
- 80 ml (1/3 de tasse) de mayonnaise du commerce ou maison
- 15 ml (1 c. à soupe) de sirop d'érable
- 10 à 15 ml (2 c. à thé à 1 c. à soupe) de sriracha (selon votre préférence)
- Le jus d'une demi-lime
- Une vingtaine de pois mange-tout
- 500 ml (2 tasses) d'ananas coupé en cubes
- 500 ml (2 tasses) de jambon à l'érable cuit et coupé en cubes
- 1 litre (4 tasses) de feuilles de bébé épinards
- 250 ml (1 tasse) de noix de cajou légèrement hachées
- 1 tortilla de maïs coupé en triangles et cuit au four
- Sel, poivre au goût

### MARCHE À SUIVRE

1. Préparer le riz selon les directives sur l'emballage et laisser refroidir à la température pièce.
2. Dans un bol, mélanger la mayonnaise, le sirop d'érable, la sauce sriracha et le jus de lime, réserver.
3. Dans une casserole avec de l'eau bouillante, cuire les pois mange-tout environ 1 minute (jusqu'à temps qu'ils soient tendres), plonger dans l'eau froide pour arrêter la cuisson, retirer de l'eau une fois refroidis et réserver.
4. Dans 4 bols à service (genre, bol à soupe) séparer en parties égales: le riz, les pois mange-tout, les cubes d'ananas, les cubes de jambon à l'érable et les feuilles de bébés épinards.
5. Terminer avec les noix de cajou, la mayonnaise épicée et les tortillas grillées au four.
6. Assaisonner au besoin et servir aussitôt.

Note: Pour une version plus « haut de gamme », remplacer les cubes de jambon par des lanières de prosciutto.



**TEMPS DE PRÉPARATION:** 20 minutes



**TEMPS DE CUISSON:** environ 20 minutes



**NOMBRE DE PORTIONS:** 4



**OÙ TROUVER VOS INGRÉDIENTS:**

Boucherie La Supérieure, Cavallaro, Fruiterie 440



### Vous avez aimé la recette?

Partagez la photo de votre création avec nous sur Instagram ou Facebook.



Marché  
LES HALLES  
D'ANJOU



7500, boul. les Galeries d'Anjou  
HALLESDANJOU.COM