POULET ENROBÉ DE BACON

avec salade de maïs à la mexicaine

SPECIAL

BONJOUR

MAÏS À LA MEXICAINE

Aussi appelé *elote*, cet incontournable de la bouffe de rue mexicaine est nappé d'une sauce crémeuse

TEMPS: 30 MIN

- Poitrines de poulet
- Tranches de bacon
- Maïs en grains
- Tomates raisins
- Ciboulette
- Crème sure
- Mayonnaise
- Vinaigre de vin blanc
- Pomme de terre rouge
- Fromage feta, émietté
- Poivron vert
- Sel d'ail

SORTEZ

- Bol moyen
- Plaques à cuisson (2)
- Cuillères à mesurer
- Essuie-tout
- Fouet
- Grande poêle antiadhésive
- Sel et poivre
- Huile d'olive ou de canola

INGRÉDIENTS

	2 pers	4 pers
• Poitrines de poulet	2	4
• Tranches de bacon	100 g	200 g
• Maïs en grains	113 g	227 g
• Tomates raisins	113 g	227 g
• Ciboulette	7 g	14 g
• Crème sure 2	3 c. à table	6 c. à table
• Mayonnaise 3,6,9	2 c. à table	4 c. à table
• Vinaigre de vin blanc 9	2 c. à table	2 c. à table
• Pomme de terre rouge	300 g	600 g
• Fromage feta, émietté 2	28 g	56 g
• Poivron vert	200 g	400 g
• Sel d'ail 9	1 c. à thé	1 c. à thé

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soya, les sulfites, les noix et le blé.

0 Fish/Poisson
1 Wheat/Blé
2 Milk/Lait
3 Egg/Oeuf
4 Soy/Soja
5 Tree Nut/Noix
6 Mustard/Moutarde
7 Peanut/Cacahuète
8 Sesame/Sésame
9 Sulphites/Sulfites
10 Crustacean/Crustacé
11 Shellfish/Fruit de Mer

*Wash and dry all produce.

**Cook to a min. internal temp. of 74 °C/165 °F.

HelloFRESH

BON DÉPART

Préchauffer le four à **450 °F** (pour rôtir les pommes de terre et finir le poulet). Commencer à cuisiner lorsque le four est à la bonne température!

1 RÔTIR LES POMMES DE TERRE

Laver et sécher tous les aliments.* Couper les **pommes de terre** en quartiers de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson, arroser les **pommes de terre** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis saupoudrer de **la moitié** du **sel d'ail**. **Poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 25 à 28 min.

2 ENROBER LE POULET

Entre-temps, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Saupoudrer **du reste** de **sel d'ail**. **Poivrer**. Envelopper les **poitrines** de **deux tranches de bacon**. (**ASTUCE:** le bacon tient mieux si on le fait se chevaucher d'environ 2 cm autour du poulet!)

3 CUIRE LE POULET

Dans une grande poêle anti-adhésive à feu moyen-élevé, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis le **poulet**. Poêler jusqu'à ce qu'il soit doré, de 3 à 4 min par côté. Transférer le **poulet** sur une autre plaque à cuisson. Rôtir sur la grille du **bas** jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit, de 16 à 18 min. (**ASTUCE:** cuire à une temp. interne minimale de 74 °C/165 °F.**) Jeter le **gras** et nettoyer la poêle avec un essuie-tout.

4 PRÉPARATION

Entre-temps, couper les **tomates** en deux. Émincer la **ciboulette**. Évider les **poivrons**, puis la couper en morceaux de 1,25 (½ po). Dans un bol moyen, fouetter la **mayo**, la **crème sure**, **la moitié** de la **ciboulette** et **1 c. à table** de **vinaigre** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**.

5 NOIRCIR LES LÉGUMES

Dans la même poêle sèche à feu moyen-élevé, ajouter le **maïs** et les **poivrons**. Couvrir et cuire en remuant une fois à mi-cuisson jusqu'à ce qu'ils « noircissent » (soient brun doré foncé), de 4 à 5 min. Retirer la poêle du feu. Ajouter les **tomates**. **Saler** et **poivrer**. Réserver.

6 FINIR ET SERVIR

Répartir les **légumes** dans les assiettes. Napper de **la moitié** de la **vinaigrette**, puis saupoudrer de **feta**. Répartir le **poulet enrobé de bacon** et les **pommes de terre** dans les assiettes. Saupoudrer **du reste** de **ciboulette**. Servir **le reste** de **vinaigrette** comme trempette.

DELICIOSO!

Ce plat transportera vos papilles jusqu'au Mexique!