

# Saumon enrobé de bacon

avec pommes de terre au pesto

Découverte

35 minutes



Filet de saumon,  
sans la peau



Tranches de bacon



Pesto au basilic



Pommes de terre  
Russet



Brocolini



Citron



Ail



Parmesan, râpé



Crème sure

BONJOUR BACON

*Délicieusement salé et fumé... voilà un aliment qui rehausse bien les saveurs!*

## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

## Matériel requis

2 plaques à cuisson, zesteur, papier parchemin, tasses à mesurer, cuillères à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout, grand bol

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Filets de saumon, sans la peau	250 g	500 g
Tranches de bacon	100 g	200 g
Pesto au basilic	¼ tasse	½ tasse
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Broccolini	170 g	340 g
Citron	1	2
Ail	6 g	12 g
Parmesan, râpé	¼ tasse	½ tasse
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire le saumon et le bacon jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 70 °C (158 °F) et 71 °C (160 °F) respectivement.

## Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

*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 soja, des sulfites, des noix et du blé.*

## Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh  
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002  
bonjour@hellofresh.ca  
HelloFresh.ca



## Faire rôtir les pommes de terre

Couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger. Faire rôtir au **centre** du four de 25 à 28 minutes en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient dorées.



## Faire cuire le saumon

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter le **saumon enroulé de bacon**. Faire cuire de 1 à 2 minutes par côté, jusqu'à ce qu'il soit doré. Déposer le **saumon enrobé de bacon** sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four de 5 à 6 minutes jusqu'à ce que le **saumon** soit entièrement cuit\*\*. Essayer soigneusement la poêle.



## Préparer

Pendant que les **potatoes** rôtissent, parer les **broccolinis**, puis couper les plus grandes tiges en deux sur la longueur, en laissant les tiges plus fines entières. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Zester, puis presser la **moitié** du **citron**. Couper le **reste** du **citron** en quartiers.



## Faire cuire les broccolinis

Pendant que le **saumon** cuit, faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter les **broccolinis** et **½ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Salier**. Faire cuire de 4 à 5 minutes en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que l'**eau** soit évaporée. Ajouter l'**ail**, **2 c. à soupe de beurre** et **½ c. à thé de zeste de citron** (doubler les quantités pour 4 personnes). Poursuivre la cuisson de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme et que les **broccolinis** soient légèrement croquants.



## Préparer le saumon

Sécher le **saumon** avec un essuie-tout. **Salier** et **poivrer**, puis parsemer de la **moitié** du **zeste de citron**. Enroulez **deux tranches de bacon** autour de **chaque morceau de saumon**. (**CONSEIL** : Faire chevaucher les tranches de ½ pouce permet de garder le bacon sur le saumon!)



## Terminer et servir

Dans un grand bol, ajouter les **potatoes**, le **pesto**, la **crème sure**, le **parmesan** et **1 c. à thé de jus de citron** (doubler la quantité pour 4 personnes). Remuer pour bien enrober. Répartir les **potatoes au pesto**, le **saumon enrobé de bacon** et les **broccolinis** dans les assiettes. Arroser du jus d'un **quartier de citron**, au goût.

## Le repas est prêt!