



Gyros à la salade hachée

avec Beyond Meat® et frites

VÉGÉ 30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!



-  Beyond Meat®
-  Pain pita
-  Épices shawarma
-  Pomme de terre Russet
-  Yogourt grec
-  Concombre
-  Tomate Roma
-  Sauce aux piments et à l'ail
-  Mélange printanier
-  Houmous
-  Vinaigre de vin blanc

BONJOUR BEYOND MEAT®!

Vous n'arriverez pas à croire que ce n'est pas de la viande!

COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :

- Doux : ½ c. à thé
- Moyen : 1 c. à thé
- Épicé : 1 ½ c. à thé
- Très épicé : 1 c. à table

Sortez

2 plaques à cuisson, papier parchemin, fouet, petit bol, cuillères à mesurer, grand bol, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Beyond Meat®	2	4
Pain pita	2	4
Épices shawarma	1 c. à table	2 c. à table
Pomme de terre Russet	230 g	460 g
Yogourt grec	100 g	200 g
Concombre	66 g	132 g
Tomate Roma	80 g	160 g
Sauce aux piments et à l'ail	1 c. à table	1 c. à table
Mélange printanier	56 g	112 g
Houmous	57 g	114 g
Vinaigre de vin blanc	1 c. à table	2 c. à table
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte.

** Cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

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



1. CUIRE LES FRITES

Couper les **potatoes** en frites de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à table** d'huile (doubler pour 4 pers), puis saupoudrer de la **moitié** des **épices shawarma**. **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 25 à 28 min.



4. GRILLER LES PITAS

Pendant que le **Beyond Meat®** cuit, disposer les **pitats** sur une autre plaque à cuisson. Rôtir sur la grille du **haut** jusqu'à ce qu'ils soient chauds, de 3 à 4 min.



2. PRÉPARATION

Pendant que les **frites** cuisent, hacher grossièrement la **tomate**. Couper le **concombre** en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po). Dans un petit bol, mélanger le **yogourt** et **1 c. à thé** de **sauce aux piments et à l'ail**. (**NOTE** : se référer au guide pour le niveau d'épice). Réserver.



5. ASSEMBLER LA SALADE

Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre**, **2 c. à table** d'huile et **½ c. à thé** de **sucre** (tout doubler pour 4 pers). Ajouter le **mélange printanier**, le **concombre** et les **tomates**. Bien mélanger.



3. CUIRE LE BEYOND MEAT®

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'huile (doubler pour 4 pers), puis le **Beyond Meat®** et le **reste** des **épices shawarma**. Cuire le **Beyond Meat®** en le défaisant en morceaux jusqu'à ce qu'il soit croustillant, de 4 à 5 min.** **Saler** et **poivrer**.



6. FINIR ET SERVIR

Répartir les **pitats grillés** dans les assiettes, puis badigeonner de **houmous**. Garnir de **Beyond Meat®** et de **salade**. Couronner de **1 c. à table** de **yogourt parfumé**. Servir avec les **frites** et le **reste** de **yogourt parfumé** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!