

Boulettes de bison et chutney aux abricots et aux pommes

avec écrasé de pommes de terre au bacon

Spécial découverte

40 minutes



Bison haché maigre



Chapelure panko



Oignon, haché



Pomme Gala



Vinaigre de vin blanc



Pomme de terre rouge



Bébés épinards



Moutarde de Dijon



Tartinade d'abricots



Sirop d'érable



Tranches de bacon



Crème

BONJOUR BISON

Cette coupe de viande est bien plus maigre que le bœuf, malgré son goût similaire!

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, épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, râpe à 4 côtés, 2 grands bols, papier parchemin, petite casserole, fouet, grande casserole, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bison haché maigre	250 g	500 g
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Oignon, haché	56 g	113 g
Pomme Gala	1	2
Vinaigre de vin blanc	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Pomme de terre rouge	400 g	800 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Moutarde de Dijon	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Tartinade d'abricots	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sirop d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Tranches de bacon	100 g	200 g
Crème	56 ml	113 ml
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire le bison et le bacon jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 71 °C (160 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

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 rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Cuire le bacon

- Disposer le **bacon** en une seule couche sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Cuire dans le **haut** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit doré et croustillant**.
- Transférer avec précaution sur une planche à découper recouverte d'essuie-tout.



Former et cuire les boulettes

- Entre-temps, ajouter dans un grand bol le **bison**, la **chapelure**, la **moitié** de la **moutarde**, **¼ c. à thé de sel** et **2 c. à soupe d'eau** (doubler les qtés pour 4 pers.). **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 8 boulettes de taille égale** (16 boulettes pour 4 pers.).
- Disposer les **boulettes** sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Cuire dans le **haut** du four de 8 à 10 min, jusqu'à ce que les **boulettes** soient dorées et entièrement cuites**.



Cuire les pommes de terre

- Entre-temps, couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes**.
- Égoutter les **potatoes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.) et la **crème**, puis écraser grossièrement les **potatoes**.
(**REMARQUE** : Un « écrasé » aura encore quelques morceaux!) **Saler et poivrer**, au goût.



Préparer la vinaigrette

- Entre-temps, couper le **bacon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un autre grand bol, fouetter le **reste** de la **moutarde**, le **reste** du **vinaigre**, le **reste** du **sirop d'érable** et **1 ½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Ajouter la **moitié** du **bacon**. **Saler et poivrer**, au goût, puis bien mélanger.



Préparer le chutney aux abricots et aux pommes

- Entre-temps, évider, puis peler la **pomme**. Trancher finement la **moitié**, puis râper le **reste**.
- Chauffer une petite casserole à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **oignons**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent.
- Incorporer les **potatoes râpées**, la **tartinade d'abricots**, la **moitié** du **vinaigre**, la **moitié** du **sirop d'érable**, **½ c. à thé de sel** et **2 c. à soupe d'eau** (doubler les qtés pour 4 pers.).
- Porter à légère ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen-doux. Cuire de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et que le **chutney** commence à ressembler à de la confiture.
(**REMARQUE** : Si le chutney est trop sec, ajouter ½ c. à soupe d'eau à la fois, jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.)



Terminer et servir

- Ajouter le **reste** du **bacon** à l'**écrasé de potatoes**.
- Dans le grand bol contenant la **vinaigrette**, ajouter les **épinards** et les **potatoes tranchées**, puis bien mélanger.
- Répartir l'**écrasé de potatoes**, les **boulettes** et la **salade** dans les assiettes.
- Napper les **boulettes** de **chutney aux abricots et aux pommes**.

Le souper, c'est réglé!