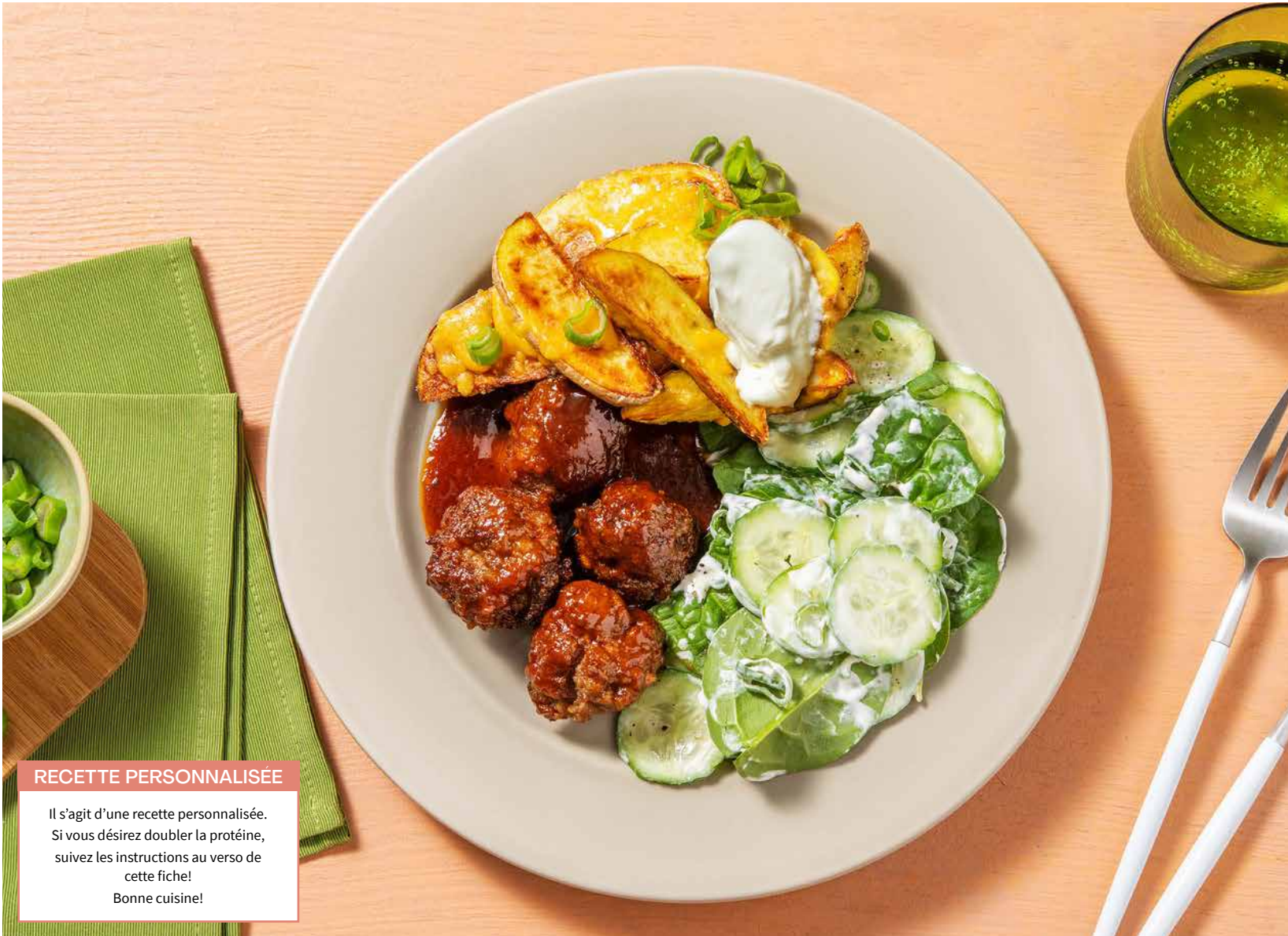


# Boulettes de bœuf glacées

avec quartiers de pommes de terre tout garnis et salade

Familiale

35 minutes



## RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.  
Si vous désirez doubler la protéine,  
suivez les instructions au verso de  
cette fiche!  
Bonne cuisine!



Bœuf haché



Bœuf haché double



Pomme de terre  
Russet



Cheddar, râpé



Mini concombre



Bébés épinards



Oignon vert



Assaisonnement BBQ



Sauce BBQ



Chapelure panko



Crème sure



Vinaigrette ranch

BONJOUR SAUCE BBQ

Sucrée, salée, fumée et parfaitement succulente!

## 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, bol à mélanger moyen, cuillères à mesurer, 2 grands bols à mélanger, papier parchemin, fouet

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Bœuf haché double	500 g	1000 g
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Cheddar, râpé	½ tasse	1 tasse
Mini concombre	66 g	132 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Oignon vert	2	2
Assaisonnement BBQ	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Sauce BBQ	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Crème sure	6 c. à soupe	12 c. à soupe
Vinaigrette ranch	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

## 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 joindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



## Faire rôtir les pommes de terre

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 soupe d'huile**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune.) **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober. Faire rôtir au **centre** du four de 24 à 26 min ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., faire rôtir sur les grilles du centre et du bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



## Réchauffer la sauce BBQ

Dans un grand bol allant au micro-ondes, fouetter la **sauce BBQ** et **2 c. à soupe d'eau** (doubler pour 4 pers.). Faire chauffer au micro-ondes pendant 30 s ou jusqu'à ce qu'elle soit chaude. Lorsque les **boulettes** sont cuites, les transférer dans le grand bol contenant la **sauce BBQ réchauffée**. Remuer jusqu'à ce que les **boulettes** soient enrobées de **sauce**.



## Faire cuire les boulettes

Entre-temps, ajouter dans un bol moyen le **bœuf**, la **chapelure**, **¼ c. à thé de sel** et **½ c. à soupe d'assaisonnement BBQ** (doubler les quant. pour 4 pers.). (**CONSEIL** : Ajouter un œuf pour des boulettes plus fermes!) **Poivrer**, puis bien mélanger. Former à partir du **mélange 8 boulettes de tailles égales** (16 boulettes pour 4 pers.). Disposer les **boulettes** sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. Faire cuire dans le **haut** du four de 10 à 12 min ou jusqu'à ce qu'elle soient entièrement cuites\*\*.

Si vous avez choisi le **double bœuf**, ajouter **¼ c. à thé de sel** supplémentaire (doubler pour 4 pers.) au **mélange de bœuf**. (**CONSEIL** : Pour 4 pers., ajouter 2 œufs au mélange pour des boulettes plus fermes!) Former à partir du **mélange 16 boulettes de tailles égales** (32 boulettes pour 4 pers.).



## Terminer les pommes de terre

Lorsque les **quartiers de pommes de terre** sont prêts, les parsemer de **fromage** et d'**oignons verts**.



## Faire la salade

Entre-temps, couper finement le **concombre** en rondelles. Émincer les **oignons verts**. Dans un grand bol, ajouter les **épinards**, les **concombres** et la **sauce ranch**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.



## Terminer et servir

Répartir les **quartiers de pommes de terre tout garnis**, les **boulettes glacées** et la **salade** dans les assiettes. Couronner les **pommes de terre** d'**un soupçon** de **crème sure**, puis napper les **boulettes** du **reste** de la **sauce BBQ** contenue dans le bol.

**Le souper, c'est réglé!**