

# Boulettes Salisbury

avec sauce aux champignons, petits pois et purée de pommes de terre

35 minutes



En raison du volume de commandes, il se peut que des ingrédients soient remplacés par des produits équivalents. Suivez la recette comme d'habitude, avec les ingrédients que vous avez reçus.

Merci de votre compréhension.  
À vos casseroles!



Bœuf haché



Pomme de terre à chair jaune



Champignons cremini



Crème sure



Petits pois



Oignon jaune



Concentré de bouillon de bœuf



Moutarde de Dijon



Farine tout usage



Chapelure italienne

BONJOUR BOULETTES SALISBURY

Un classique américain qui met en vedette bœuf haché et sauce!

## D'ABORD

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

### Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, presse-purée, passoire, grand bol, papier parchemin, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

### Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Pomme de terre à chair jaune	300 g	600 g
Champignons cremini	227 g	454 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Petits pois	56 g	113 g
Oignon jaune	113 g	113 g
Concentré de bouillon de bœuf	2	4
Moutarde de Dijon	1 ½ c. à thé	3 c. à thé
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Beurre non salé*	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 71 °C/160 °F.

### Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes sur 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 en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



### 1 Préparer

Couper les **pommes de terre** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Trancher finement les **champignons**. Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).



### 2 Faire cuire les pommes de terre

Dans une grande casserole, recouvrir les **pommes de terre** d'assez d'**eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel**. (Utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes.) Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'eau bout, baisser à feu moyen. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **pommes de terre**.



### 3 Préparer et faire cuire les boulettes

Pendant la cuisson des **pommes de terre**, tapisser une plaque à cuisson de papier parchemin. Émietter le **bœuf** dans un grand bol. Ajouter la **chapelure** et la **moutarde de Dijon**. **Poivrer**. Rouler le **mélange de bœuf** pour former **8 boulettes de viande de taille égale** (**REMARQUE** : 16 boulettes pour 4 personnes). Transférer les **boulettes** sur la plaque à cuisson préparée. Faire cuire au **centre** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites.\*\*



### 4 Faire cuire les légumes

Pendant que les **boulettes** cuisent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler pour 4 personnes), puis les **champignons** et les **oignons**. Faire cuire de 5 à 6 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient ramollis. **Saler** et **poivrer**.



### 5 Préparer la sauce aux champignons

Ajouter la **farine** et faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le mélange soit bien enrobé. Ajouter **¾ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 personnes) et le ou les **concentrés de bouillon** dans la poêle avec les **légumes**. Porter à ébullition et faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe. Incorporer les **petits pois** et faire cuire de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien chauds. **Saler** et **poivrer**.



### 6 Terminer et servir

Lorsque les **pommes de terre** sont tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler pour 4 personnes) et la **crème sure**. À l'aide d'un presse-purée, piler le tout jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Saler** et **poivrer**. Répartir la **purée** dans les assiettes. Garnir des **boulettes**, puis verser la **sauce aux champignons** sur les **boulettes**.

### Le repas est prêt!