

Boulettes Salisbury

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

35 minutes



Bœuf haché



Pommes de terre à chair jaune



Champignons



Oignon jaune



Crème sure



Petits pois



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

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Pommes de terre à chair jaune	360 g	720 g
Champignons	227 g	454 g
Oignon jaune	113 g	227 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Petits pois	56 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 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 en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



1 Préparer

Couper les **potatoes** 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 **potatoes** 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** bouillira, baisser à feu moyen. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes**.



3 Préparer les boulettes

Pendant que les **potatoes** cuisent, émietter le **bœuf** dans un grand bol. Ajouter la **chapelure** et la **moutarde de Dijon**. **Poivrer**. Former à partir du **mélange de bœuf** **8 boulettes de taille égale** (16 boulettes pour 4 personnes). Transférer les **boulettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Faire cuire au **centre** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les **boulettes** 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 la quantité pour 4 personnes), puis les **champignons** et les morceaux d'**oignon**. Faire cuire de 5 à 6 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le tout ramollisse. **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 les **légumes** soient bien enrobés. Ajouter **¾ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **pois** et le **concentré de bouillon** dans la poêle contenant les **légumes**. Porter à légère ébullition, puis poursuivre la cuisson en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, de 3 à 4 minutes. **Saler** et **poivrer**.



6 Terminer et servir

Lorsque les **potatoes** seront tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) et la **crème sure**. À l'aide d'un presse-purée, écraser 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!