

Boulettes de bœuf façon bourguignon avec purée onctueuse et romarin

35 minutes



Bœuf haché



Concentré de
bouillon de bœuf



Oignon jaune



Romarin



Pommes de terre
Russet



Crème



Chapelure italienne



Farine tout usage



Vin blanc de cuisine



Base pour sauce tomate



Champignons



Carotte



Bébés épinards

BONJOUR SAUCE BOURGUIGNON

Un plat classique de bistrot français composé de bœuf braisé lentement!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, épluche-légumes, 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
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Oignon jaune	56 g	113 g
Romarin	1 branche	1 branche
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Crème	56 ml	113 ml
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Vin blanc de cuisson	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Base pour sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Champignons	113 g	227 g
Carotte	170 g	340 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Beurre non salé*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Lait*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
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

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



Faire cuire les pommes de terre

Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** 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, puis baisser à feu moyen. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes**.



Faire cuire les légumes

Pendant que les **boulettes** cuisent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **carottes**, les **champignons**, les **oignons** et le **reste** du **romarin**. Faire cuire de 5 à 6 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent. **Saler** et **poivrer**. Ajouter les **épinards**. Remuer pendant 1 minute, jusqu'à ce qu'ils tombent.



Préparer

Pendant que les **potatoes** cuisent, trancher finement les **champignons**. Détacher de la branche **1 c. à soupe** de **feuilles de romarin** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les hacher finement. Peler, puis couper la **moitié** de l'**oignon** en morceaux de 0,8 cm (⅓ po) (utiliser l'oignon entier pour 4 personnes). Peler, puis couper la **carotte** en deux sur la longueur, puis en morceaux de 0,5 cm (¼ po).



Préparer la sauce

Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter la **farine** et la **base de sauce tomate**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés. Ajouter le **vin blanc de cuisson**, **1 tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), la **crème** et le **concentré de bouillon**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe. **Saler** et **poivrer**.



Préparer et faire cuire les boulettes

Dans un grand bol, ajouter le **bœuf**, la **chapelure**, la **moitié** du **romarin** et **2 c. à soupe** de **lait** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Poivrer** et bien mélanger. Former à partir du **mélange 8 boulettes de taille égale** (16 boulettes pour 4 personnes). (**CONSEIL** : Pour des boulettes plus fermes, ajouter 1 œuf au mélange.) Transférer les **boulettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Faire cuire au **centre** du four de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites**.



Terminer et servir

Lorsque les **potatoes** sont tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu. Ajouter **2 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis à l'aide d'un presse-purée, écraser les **potatoes** jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler** et **poivrer**. Répartir la **purée** dans les assiettes. Garnir de **boulettes**, puis verser la **sauce** sur les **boulettes**.

Le repas est prêt!