

Burger rétro

avec oignons caramélisés et patates douces rôties

30 minutes



Boeuf haché



Moutarde à l'ancienne



Ail



Échalote



Cheddar, râpé



Mayonnaise



Petits pains artisan



Oignon, en tranches



Patates douces



Fécule de maïs



Vinaigre balsamique

BONJOUR OIGNONS CARAMÉLISÉS

Vous adorerez notre méthode rapide pour les préparer!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- À l'étape 3, lors de la création des galettes, faire soigneusement une empreinte de pouce au centre de chacune d'entre elles. Elles garderont davantage leur forme lors de la cuisson!

Matériel requis

2 plaques à cuisson, bol moyen, râpe à 4 côtés, papier parchemin, cuillères à mesurer, grande poêle antiadhésive, 2 petits bols

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Moutarde à l'ancienne	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Ail	6 g	12 g
Échalote	50 g	100 g
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Petits pains artisan	2	4
Oignon, en tranches	113 g	227 g
Patates douces	340 g	680 g
Fécule de maïs	1 c. à soupe	1 c. à soupe
Vinaigre balsamique	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
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). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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.



Faire rôtir les patates douces

Couper les **patates douces** en frites de 0,5 cm (¼ po). Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Faire rôtir au **centre** du four de 20 à 22 minutes, en les retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.



Préparer les oignons

Pendant que les **patates douces** rôtissent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **oignons**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent légèrement. Ajouter **1 c. à thé de sucre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis **saler**. Faire cuire de 5 à 6 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient doré foncé.



Préparer les galettes

Pendant que les **oignons** cuisent, peler, puis râper finement l'**échalote**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Dans un bol moyen, mélanger le **bœuf**, l'**ail**, l'**échalote**, la **moitié** de la **moutarde**, **½ c. à soupe de fécule de maïs** et **½ c. à thé de sel** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Poivrer**. Former **2 galettes** d'un **diamètre de 10 cm** (4 po; 4 boulettes pour 4 personnes). Appuyer légèrement le pouce dans **chaque galette**.



Terminer les oignons et faire cuire les galettes

Lorsque les **oignons** seront cuits, retirer la poêle du feu. Incorporer le **vinaigre** jusqu'à ce qu'il ait été absorbé (1 minute). Réserver les **oignons** dans un petit bol. Essuyer la poêle soigneusement. Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **galettes**. Faire poêler jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites, de 4 à 5 minutes par côté.**



Faire griller les pains

Pendant que les **galettes** cuisent, couper les **pains** en deux et les disposer, côté coupé vers le haut, sur une autre plaque à cuisson. Saupoudrer les **tranches de pain inférieures de fromage**. Faire cuire sur la grille du **haut** du four de 4 à 5 minutes, jusqu'à ce que le **fromage** ait fondu et que les **tranches de pain supérieures** soient dorées. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Terminer et servir

Dans un autre petit bol, mélanger la **mayonnaise** et le **reste** de la **moutarde**. Badigeonner de **mayo-moutarde** les **tranches de pain supérieures grillées**. Répartir les **galettes** entre les **pains**. Garnir d'**oignons caramélisés**. Accompagner de **patates douces rôties**.

Le repas est prêt!