BURGER DE DINDE À LA CALIFORNIENNE

avec avocat et frites de patates douces

PRONTO

BONJOUR

MAYO AU CITRON

Le condiment parfait pour ce burger de dinde!

TEMPS: 30 MIN

- Dinde hachée
- Patate douce, en frites
- Pain à hamburger
- Avocat
- Tomate bœufsteak
- Bébés épinards
- Citron
- Mayonnaise
- Ail
- Crème sure
- Moutarde de Dijon
- Chapelure panko
- Mélange d'épices sud-ouest

SORTEZ

- Bol moyen
- Plaques à cuisson (2)
- Petit bol
- Cuillères à mesurer
- Zesteur
- Presse-ail
- Grande poêle antiadhésive
- Sel et poivre
- Huile d'olive ou de canola

INGRÉDIENTS

	2 pers	4 pers
• Dinde hachée	250 g	500 g
• Patate douce, en frites 9	340 g	680 g
• Pain à hamburger 1,2,3	2	4
• Avocat	1	2
• Tomate bœufsteak	170 g	340 g
• Bébés épinards	56 g	56 g
• Citron	1	2
• Mayonnaise 3,6,9	4 c. à table	8 c. à table
• Ail	6 g	12 g
• Crème sure 2	3 c. à table	6 c. à table
• Moutarde de Dijon 6,9	1 c. à table	2 c. à table
• Chapelure panko 1	¼ tasse	½ tasse
• Mélange d'épices sud-ouest	1 c. à table	2 c. à table

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soya, les sulfites, les noix et le blé.

0 Fish/Poisson
1 Wheat/Blé
2 Milk/Lait
3 Egg/Oeuf
4 Soy/Soja
5 Tree Nut/Noix
6 Mustard/Moutarde
7 Peanut/Cacahuète
8 Sesame/Sésame
9 Sulphites/Sulfites
10 Crustacean/Crustacé
11 Shellfish/Fruit de Mer

*Wash and dry all produce.

**Cook to a min. internal temp. of 74 °C/165 °F.

HelloFRESH

BON DÉPART

Préchauffer le four à **450 °F** (pour cuire les frites). Commencer à cuisiner lorsque le four est à la bonne température!

1 CUIRE LES PATATES

Laver et sécher tous les aliments.*

Sur une plaque à cuisson, arroser les **patates douces** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Cuire les **patates** au **centre** du four en les retournant à mi-cuisson jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 22 à 24 min.

2 PRÉPARATION

Entre-temps, peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Zester, puis presser le(s) **citron(s)**. Couper la **tomate** en tranches de 0,5 cm (¼ po). Peler et dénoyauter l'**avocat**, puis le couper en tranches. Dans un petit bol mélanger la **mayo**, la **crème sure**, **le zeste de citron** et **1 c. à table** de **jus de citron** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Réserver.

3 FORMER LES BOULETTES

Dans un bol moyen, mélanger la **dinde**, la **panko**, l'**ail**, la **moutarde**, **1 c. à table** de **mélange d'épices sud-ouest** (doubler pour 4 pers) et **¼ c. à thé** de **sel** (doubler pour 4 pers). **Poivrer**. Fomer **2 boulettes** d'un diamètre de 10 cm (4 po; 4 boulettes pour 4 pers). (**NOTE:** c'est normal si le mélange de viande semble un peu humide!)

4 CUIRE LES BOULETTES

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, ajouter **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis les **boulettes**. Poêler jusqu'à ce que les **boulettes** soient brun doré et entièrement cuites, de 5 à 6 min par côté. (**ASTUCE:** cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F.**)

5 GRILLER LES PAINS

Entre-temps, trancher les **pains** en deux, puis les disposer, côté coupé vers le haut, sur une autre plaque à cuisson. Griller sur la grille du **haut** jusqu'à ce qu'ils soient brun doré, de 4 à 5 min. (**ASTUCE:** attention de ne pas les brûler!)

6 FINIR ET SERVIR

Badigeonner les **pains** de **la moitié** de la **mayo au citron**, puis garnir d'une **boulette**, d'**épinards**, de **tomates** et d'**avocats**. Répartir les **burgers** et les **frites** dans les assiettes. Servir avec **le reste** de **mayo au citron** comme trempette.

FAITES TREMPETTE!

Ne boudez pas votre plaisir : trempez vos frites dans la mayo acidulée!