

Burgers de dinde façon tex-mex

avec salade à la vinaigrette chipotle-ranch

Épicée

30 minutes



Dinde hachée



Pain brioché



Sauce ranch



Mélange printanier



Carotte, en julienne



Chapelure panko



Cheddar, râpé



Mini concombre



Mélange d'épices
sud-ouest



Sauce au chipotle



Guacamole



Tomate Roma

BONJOUR DINDE HACHÉE

Une protéine délicieuse qui réduit les gras saturés dans un souper!

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, bol moyen, cuillères à mesurer, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive, spatule

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Dinde hachée	250 g	500 g
Pain brioché	2	4
Sauce ranch	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Mélange printanier	56 g	113 g
Carotte, en juliennes	56 g	113 g
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Mini concombre	66 g	132 g
Mélange d'épices sud-ouest	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce au chipotle 🌶️	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Guacamole	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomate Roma	80 g	160 g
Huile*		
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

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Préparer et faire la vinaigrette

- Couper le **concombre** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).
- Couper la **tomate** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).
- Fouetter la **sauce au chipotle** et la **moitié** de la **sauce ranch** dans un grand bol.



Faire griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Disposer les **pains** sur une plaque à cuisson, côté coupé vers le haut. Parsemer les **tranches de pain supérieures** de **fromage**.
- Faire griller dans le **bas** du four de 4 à 5 min ou jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Former les galettes

- Dans un bol moyen, ajouter la **dinde**, la **chapelure**, le **mélange d'épices sud-ouest** et **¼ c. à thé de sel** (doubler pour 4 pers.). (**CONSEIL** : Ajouter un œuf pour une galette plus ferme!) **Poivrer**, puis bien mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes de 10 cm (4 po) de diamètre** (4 galettes pour 4 pers.).



Faire la salade

- Entre-temps, ajouter les **carottes**, les **concombres** et le **mélange printanier** au bol contenant la **vinaigrette**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.



Faire cuire les galettes

- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.) à la poêle chaude, puis les **galettes**.
- Faire poêler de 5 à 6 min par côté ou jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites**. (**REMARQUE** : Après avoir retourné les galettes, les reformer à l'aide d'une spatule en pressant délicatement sur les côtés.)
- Transférer les **galettes** dans une assiette et couvrir pour garder chaud.



Terminer et servir

- Tartiner le **guacamole**, puis le **reste** de la **sauce ranche** sur les **tranches de pain inférieures**. Garnir d'une **galette** et de **tomates**. Couronner des **tranches de pain supérieures**.
- Répartir les **burgers** et la **salade** dans les assiettes.

Le souper, c'est réglé!