

# Burgers de porc aux épices indiennes

avec quartiers de patates douces et trempette au yogourt et à la coriandre

Découverte

Rapido

25 minutes



Porc haché



Pain brioché



Tartinade de figues



Chapelure panko



Mélange d'épices indien



Mélange printanier



Yogourt grec



Coriandre



Crème sure



Patate douce



Sel d'ail

BONJOUR YOGOURT GREC

Crémeux et riche en protéines, c'est l'ingrédient parfait pour vos trempettes!

## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Retirer du frigo 1 c. à soupe de beurre (doubler la qté pour 4 pers.) et le laisser atteindre une température ambiante.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

## Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, 2 grands bols, papier parchemin, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Pain brioché	2	4
Tartinade de figues	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Mélange d'épices indien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mélange printanier	28 g	56 g
Yogourt grec	100 ml	200 ml
Coriandre	7 g	14 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Patate douce	340 g	680 g
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		
Poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* 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-nous | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



### Rôtir les quartiers de patates douces

- Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile**, puis saupoudrer de la **moitié** du **mélange d'épices indien**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser 2 plaques à cuisson tapissées de papier parchemin avec 1 c. à soupe d'huile chacune.) **Poivrer**, saupoudrer de la **moitié** du **sel d'ail**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



### Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.) et les **galettes**. Poêler de 4 à 5 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites\*\*.



### Préparer et faire la trempette

- Entre-temps, hacher finement la **coriandre**.
- Dans un grand bol, réserver **1 c. à soupe** de **yogourt** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Dans un bol moyen, ajouter le **reste** du **yogourt**, la **crème sure**, **½ c. à thé** de **mélange d'épices indien** (doubler la qté pour 4 pers.) et la **moitié** de la **coriandre**. Assaisonner d'**une pincée** de **sel d'ail** et **poivrer**, au goût. Bien mélanger.



### Griller les pains

- Lorsque les **galettes** seront presque cuites, couper les **pains** en deux.
- Les tartiner de **beurre ramolli**.
- Disposer les **pains** directement sur la grille du **haut** du four, côté coupé vers le haut. Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



### Préparer les galettes

- Dans le grand bol contenant le **yogourt réservé**, ajouter le **porc**, la **chapelure**, le **reste** du **mélange d'épices indien** et le **reste** de la **coriandre**. **Poivrer** et saupoudrer de **¼ c. à thé** de **sel d'ail** (doubler la qté pour 4 pers.), puis mélanger.
- Former à partir du **mélange de porc** **2 galettes de taille égale** (4 galettes pour 4 pers.).



### Terminer et servir

- Dans un autre grand bol, ajouter le **mélange printanier** et **2 c. à soupe** de la **trempette au yogourt** et à la **coriandre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis remuer pour enrober.
- Étendre la **tartinade de figues** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir des **galettes** et du **mélange printanier au yogourt**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **quartiers de patates douces** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **trempette au yogourt** et à la **coriandre** en accompagnement.

Le souper, c'est réglé!