Burgers de poulet à la californienne

avec guacamole et quartiers de pommes de terre

30 minutes

Poulet haché

Pomme de terre Russet

Pain brioché

Guacamole

Tomate Roma

Bébés épinards

Mayonnaise

Purée d'ail

Chapelure panko

Oignon vert

BONJOUR GUACAMOLE

Cette tartinade crémeuse à l'avocat regorge de gras bons pour le cœur!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

2 plaques à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, papier parchemin, petit bol, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poulet haché ♦	250 g	500 g
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Pain brioché	2	4
Guacamole	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomate Roma	160 g	320 g
Bébés épinards	28 g	56 g
Mayonnaise	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Oignon vert	2	2
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison
** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).
♦ L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

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
@HelloFreshCA

1

Rôtir les quartiers de pommes de terre

- Couper les **pommes de terre** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **pommes de terre** de **1 c. à soupe** d'**huile**. (REMARQUE : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient tendres et dorées. (REMARQUE : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le haut du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

2

Préparer

- Entre-temps, couper les **tomates** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Émincer les **oignons verts**.
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise**, la **moitié** des **oignons verts** et la **moitié** de la **purée d'ail**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.

3

Préparer les galettes de poulet

- Dans un bol moyen, ajouter le **poulet**, la **chapelure**, le **reste** des **oignons verts**, le **reste** de la **purée d'ail** et **½ c. à thé** de **sel** (doubler la qté pour 4 pers.). (CONSEIL : Pour des galettes plus tendres, ajouter 1 œuf au mélange!) **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes d'un diamètre de 12 cm** (5 po) (4 galettes pour 4 pers.).

4

Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **1 c. à soupe** d'**huile**, puis les **galettes**. (REMARQUE : Ne pas surcharger la poêle; cuire en 2 étapes au besoin.)
- Poêler de 4 à 5 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.
- Transférer les **galettes** dans une assiette et couvrir pour garder chaud.

5

Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux, puis les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Griller dans le **bas** du four de 4 à 5 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (CONSEIL : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

6

Terminer et servir

- Étendre **1 c. à soupe** de **mayo à l'ail** sur **chaque tranche de pain supérieure**.
- Étendre le **guacamole** sur les **tranches inférieures**, puis garnir d'**épinards**, d'une **galette** et de **tomates**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les quartiers de **pommes de terre** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **mayo à l'ail** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!