

Burgers estivaux au poulet et au bacon

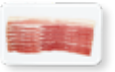
avec brie et salade de nectarines

Grillade de longue fin de semaine

30 Minutes



Poitrines de poulet



Tranches de bacon



Petits pains briochés



Nectarines



Mélange roquette et épinards



Mayonnaise



Brie



Vinaigre de vin rouge



Moutarde de Dijon



Mini concombre



Basilic

BONJOUR NECTARINES

Ces fruits à noyau sont de saison et prêts à être cueillis!

D'ABORD

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 230 °C (450 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, cuillère à rainures, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Poitrines de poulet *	2	4
Tranches de bacon	100 g	200 g
Petits pains briochés	2	4
Nectarines	1	2
Mélange roquette et épinards	113 g	227 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Brie	125 g	250 g
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde de Dijon	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mini concombre	66 g	132 g
Basilic	7 g	14 g
Sucre*	¼ c. à thé	½ 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 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

• 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 minutes après l'ouverture de l'emballage.

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.



1 Préparer et faire cuire le bacon

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter le **bacon**.

Faire cuire de 5 à 7 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant**. Retirer la poêle du feu. À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Pendant que le **bacon** cuit, couper la **nectarine** en quatre sections et les détacher du noyau. Couper le **concombre** en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Couper le **brie** en tranches de 0,5 cm (¼ po). Hacher finement le **basilic**.



4 Faire griller le poulet

Disposer le **poulet** sur le gril. Baisser à feu moyen, refermer le couvercle et faire griller, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit, de 5 à 7 minutes par côté**.



2 Mariner les concombres et préparer la mayonnaise au basilic

Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre**, ¼ **c. à thé** de **sucre** et **2 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Ajouter les **concombres**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver. Dans un petit bol, mélanger la **mayonnaise**, le **basilic** et la **moutarde**. Réserver.



5 Faire griller les nectarines et les pains

Garnir le **poulet** de **brie** lorsqu'il sera presque entièrement cuit et placer les **nectarines** de l'autre côté de la grille. Refermer le couvercle et faire griller les **nectarines** de 2 à 3 minutes, en les retournant une fois, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Lorsque les **nectarines** sont presque prêtes, couper les **pains** en deux. Placer les **pains** sur la grille, côté coupé vers le bas. Refermer le couvercle et faire griller jusqu'à ce que les **pains** soient chauds, 1 à 2 minutes. (**REMARQUE** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler !)



3 Préparer le poulet

Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. En maintenant le couteau parallèle à la planche à découper, couper chaque **poitrine de poulet** en son centre, en laissant 2,5 cm (1 po) intacts à l'autre extrémité. Ouvrir les **poitrines de poulet** comme un livre. Arroser de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis **saler** et **poivrer**. Réserver.



6 Terminer et servir

Trancher les **nectarines** en quartiers. Ajouter les **nectarines** et le **mélange roquette et épinards** au grand bol contenant les **concombres marinés**. Bien mélanger. Tartiner la **mayonnaise au basilic** sur les **pains** grillés. Garnir les **pains inférieurs** du **poulet** et du **bacon** et couronner des **tranches supérieures**. Répartir les **burgers** dans les assiettes. Servir la **salade de nectarines** en accompagnement.

Le repas est prêt!