

Burgers façon gyoza

avec salade de pois sucrés et mayo à la lime

Grillade

Découverte

30 Minutes



Porc haché



Petits pains briochés



Patate douce



Pois sucrés



Carotte



Oignons verts



Lime



Sel d'ail



Mayonnaise



Sauce soja



Chapelure panko

BONJOUR OIGNONS VERTS

Ce type d'allium est aussi communément appelé ciboule!

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 205 °C (400 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Bol moyen, épluche-légumes, râpe à 4 côtés, cuillères à mesurer, zesteur, grand bol, petit bol, fouet

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Porc haché	250 g	500 g
Petits pains briochés	2	4
Patate douce	340 g	680 g
Pois sucrés	113 g	227 g
Carotte	170 g	340 g
Oignons verts	2	4
Lime	1	2
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Mayonnaise	½ tasse	1 tasse
Sauce soja	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Sucre*	½ c. à thé	1 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).

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.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Couper les **patates douces** sur la longueur en tranches de 1,25 cm (½ po) d'épaisseur. Peler, puis râper grossièrement la **carotte**. Parer les **pois sucrés**, puis les couper en tranches minces sur la longueur. Trancher finement les **oignons verts** et séparer les morceaux **blancs** des morceaux **verts**. Zester et presser la **moitié** de la **lime**. Couper le **reste** de la **lime** en quartiers. Couper les **pains** en deux. Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise** et le **zeste de lime**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.



Former et faire griller les galettes

Dans le même bol moyen (celui de l'étape 2), ajouter le **porc**, la **chapelure**, la **sauce soja** et les **morceaux blancs des oignons**. **Poivrer** et bien mélanger. (**CONSEIL** : Pour des galettes plus fermes, ajouter 1 œuf au mélange.) Former à partir du **mélange 2 galettes de taille égale** (4 galettes pour 4 personnes). Disposer les **galettes** de l'autre côté du grill. Refermer le couvercle et faire griller les **galettes** de 5 à 6 minutes par côté, jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites**.



Faire griller les patates douces

Dans un bol moyen, ajouter les **patates douces**, la **moitié** du **sel d'ail** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Poivrer**, puis bien mélanger. Disposer les **patates douces** sur un côté du grill. Refermer le couvercle et faire griller de 14 à 16 minutes, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient tendres.



Faire griller les pains

Lorsque les **galettes** seront presque cuites, ajouter les **pains** de l'autre côté du grill, côté coupé vers le bas. Refermer le couvercle de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce que les **pains** soient grillés. (**REMARQUE** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Préparer la salade

Pendant que les **patates douces** grillent, ajouter dans un grand bol le **jus de lime**, le **sel d'ail restant**, **½ c. à thé** de **sucre** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Poivrer** et bien mélanger au fouet. Ajouter les **carottes**, les **pois sucrés** et les **morceaux verts des oignons**, puis bien mélanger.



Terminer et servir

Étendre un peu de **mayo à la lime** sur les **tranches de pains inférieures**. Garnir de **galettes** et d'**un peu** de **salade**, puis couronner des **tranches de pains supérieures**. Répartir les **burgers**, les **patates douces** et le **reste** de la **salade** dans les assiettes. Servir la **mayo à la lime restante** comme trempette. Presser un **quartier de lime**, au goût.

Le repas est prêt!