

Casserole gratinée aux pommes de terre et au bœuf

avec salade d'épinards

Familiale 35 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée. Si vous désirez changer la protéine, suivez les instructions au verso de cette fiche!
Bonne cuisine!



Bœuf haché



Tomates broyées à l'ail et aux oignons



Pommes de terre Russet



Sauce soja



Monterey Jack, râpé



Bébés épinards



Petites tomates



Glaçage balsamique



Cheddar, râpé



Assaisonnement italien



Carottes



Ail

BONJOUR GLAÇAGE BALSAMIQUE

À la fois sucré et acidulé, cet ingrédient se prête à une grande variété de plats!


D'abord

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

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, râpe à 4 côtés, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po), épluche-légumes

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
 Dinde hachée	250 g	500 g
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Sauce soja	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Monterey Jack, râpé	½ tasse	1 tasse
Bébés épinards	56 g	113 g
Petites tomates	113 g	227 g
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Carottes	85 g	170 g
Ail	3 g	6 g
Huile*		
Sel et poivre*		

** 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.

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



Faire rôtir les pommes de terre

Couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe** d'huile. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune.) Faire rôtir au **centre** du four de 20 à 22 minutes en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, faire cuire sur les grilles du centre et du haut, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Faire cuire la sauce bœuf

Ajouter les **tomates broyées**, le **reste** du **glaçage balsamique** et la **sauce soja** à la poêle contenant le **bœuf**. **Saler** et **poivrer**, au goût. Faire mijoter à ébullition à feu élevé. Baisser à feu moyen. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe.



Préparer et faire la vinaigrette

Pendant que les **potatoes** rôtissent, couper les **tomates** en deux. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Peler, puis râper grossièrement la **moitié** de la **carotte** (râper toute la carotte pour 4 personnes). Dans un grand bol, fouetter **1 ½ c. à soupe** de **glaçage balsamique** et **½ c. à soupe** d'huile (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**, au goût.



Assembler et faire gratiner la casserole

Lorsque les **potatoes** sont prêtes, mettre le four à la fonction Griller (température élevée). Transférer la **sauce au bœuf** dans un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) (plat de cuisson de 23 x 33 cm [9 x 13 po] pour 4 personnes). Garnir de **potatoes rôties**, puis de **Monterey Jack** et de **cheddar**. **Poivrer**. Faire cuire au **centre** du four de 5 à 6 minutes, jusqu'à ce que le **fromage** fonde et soit doré. (**CONSEIL** : Surveiller les aliments pour ne pas les brûler!)



Faire cuire le bœuf

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** d'huile (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bœuf**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. Égoutter soigneusement, puis jeter l'excès de gras. Ajouter l'**ail** et l'**assaisonnement italien**, puis **saler** et **poivrer**. Poursuivre la cuisson pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



RECETTE PERSONNALISÉE

Si vous avez choisi la **dinde**, la faire cuire de la même façon que la recette demande de faire cuire le **bœuf**.



Terminer et servir

Ajouter les **tomates**, les **bébés épinards** et les **carottes** dans le bol contenant la **vinaigrette**. Bien mélanger. Répartir le **ragoût de bœuf** dans les assiettes. Servir la **salade** en accompagnement.

Le repas est prêt!