

Côtelettes d'agneau glacées aux abricots

avec légumes et écrasé crémeux de pommes de terre

Deluxe

35 minutes



Côtelettes de longe d'agneau



Pommes de terre à chair jaune



Poireau, émincé



Petits pois



Ciboulette



Tartinade d'abricots



Moutarde à l'ancienne



Crème



Concentré de bouillon de poulet



Mélange d'épices à l'ail et à l'aneth



Parmesan, râpé

BONJOUR TARTINADE D'ABRICOTS

Sucrée et acidulée, elle est l'ingrédient parfait pour les sauces et les vinaigrettes!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, papier d'aluminium, casserole moyenne, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout, tasses à mesurer

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes de longe d'agneau	4	8
Pommes de terre à chair jaune	360 g	720 g
Poireau, émincé	113 g	226 g
Petits pois	113 g	227 g
Ciboulette	7 g	14 g
Tartinade d'abricots	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Moutarde à l'ancienne	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème	113 ml	237 ml
Concentré de bouillon de poulet	2	4
Mélange d'épices à l'ail et à l'aneth	1 c. à thé	2 c. à thé
Parmesan, râpé	¼ tasse	½ tasse
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

*** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour des côtelettes médium-saignantes. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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 ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Préparer et faire cuire les pommes de terre

Couper les **potatoes** en deux (couper les plus grosses en quatre). Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** de terre d'**assez** d'**eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé de sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Entre-temps, émincer finement la **ciboulette**. Baisser à feu moyen. Laisser mijoter à découvert, de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes** de terre. Égoutter et remettre dans la même casserole hors du feu. Couvrir pour garder chaud.



4 Faire la purée de pommes de terre

Entre-temps, ajouter la **crème**, le **parmesan**, la **moitié** de la **ciboulette** et **1 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) aux **potatoes** de terre et écraser grossièrement. (**REMARQUE** : Un « écrasé de pommes de terre » n'est pas une purée lisse, il est normal qu'il y ait encore quelques morceaux.) **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Couvrir pour garder chaud.



2 Faire cuire les légumes

Lorsque les **potatoes** de terre auront bouilli, faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) et faire tourner la casserole pendant 30 secondes jusqu'à ce qu'il fonde. Ajouter les **poireaux**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **poireaux** soient tendres. Ajouter les **pois**, la **moitié** du **mélange d'épices à l'ail et à l'aneth** et **2 c. à soupe d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Faire cuire de 5 à 6 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**eau** ait été absorbée et que les **poireaux** commencent à dorer. Retirer la casserole du feu et couvrir pour garder chaud.



5 Préparer le glaçage

Ajouter **½ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), la **tartinade d'abricots**, la **moutarde** et le **concentré de bouillon** dans la même poêle (celle de l'étape 3). Porter à légère ébullition à feu moyen. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **tartinade d'abricots** fonde et que le **glaçage** épaississe légèrement. Retirer la poêle du feu. **Poivrer** et incorporer **tout jus** contenu dans l'assiette avec l'**agneau**.



3 Faire poêler l'agneau

Entre-temps, sécher l'**agneau** avec un essuie-tout. **Saler**, **poivrer** et saupoudrer du **reste du mélange d'épices à l'ail et à l'aneth**. Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis l'**agneau**. Faire poêler de 3 à 5 minutes par côté, jusqu'à ce que l'**agneau** soit doré et entièrement cuit**. (**CONSEIL** : Réduire le feu à moyen si les côtelettes d'agneau dorent trop rapidement.) Retirer la poêle du feu. Transférer l'**agneau** dans une assiette, puis couvrir lâchement de papier d'aluminium pendant 5 minutes. Essuyer soigneusement la poêle.



6 Terminer et servir

Ajouter le **reste** de la **ciboulette** dans la casserole contenant les **légumes**. Bien mélanger. Répartir l'**agneau**, l'**écrasé de pommes de terre** et les **légumes** dans les assiettes. Napper l'**agneau** du **glaçage**.

Le repas est prêt!