

Crevettes au citron et à l'ail, maïs et poivrons avec pommes de terre rôties

Familiale

25 à 35 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

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



Crevettes



Maïs en grains



Poivre au citron



Citron



Poivron



Sel d'ail



Saumon



Pomme de terre à
chair jaune



Gousses d'ail



Oignon rouge



Mayonnaise

BONJOUR POIVRE AU CITRON

Poivre, citron et ail : la combinaison parfaite pour une explosion de saveurs à la fois relevées et acidulées!

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, tamis, zesteur, 2 petits bols, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Saumon	250 g	500 g
Maïs en grains	113 g	227 g
Pomme de terre à chair jaune	320 g	640 g
Poivre au citron	¾ c. à thé	1 ½ c. à thé
Gousses d'ail	1	2
Citron	1	1
Oignon rouge	56 g	113 g
Poivron	160 g	320 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sel d'ail	¾ c. à thé	1 ½ c. à thé
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire les crevettes et le saumon jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 70 °C (158 °F), respectivement.

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 rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Rôtir les pommes de terre

- Couper les **potatoes** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson, arroser les **potatoes** de terre de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). Saupoudrer de **½ c. à thé de sel d'ail** (doubler la qté pour 4 pers.) et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir les **potatoes** dans le **bas** du four de 20 à 23 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient tendres et dorées.



Préparer la trempette au citron

- Entre-temps, ajouter dans un petit bol le **zeste de citron**, **¼ c. à thé de poivre au citron** (doubler la qté pour 4 pers.) et la **mayonnaise**.
- **Salier**, puis bien mélanger.



Préparer

- Entre-temps, peler l'**oignon**, puis couper la **moitié** en morceaux de 1,25 cm (½ po) (l'oignon entier pour 4 pers.).
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Zester, puis presser la **moitié** du **citron** (le citron entier pour 4 pers.). Couper le **reste** du **citron** en quartiers.
- Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.
- À l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout.



Préparer le beurre à l'ail

- Fondre **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.) dans un bol allant au micro-ondes ou dans une petite poêle chauffée à feu doux.
- Ajouter l'**ail** et **½ c. à soupe** de **jus de citron** (doubler la qté pour 4 pers.), puis bien mélanger.



Rôtir les légumes et les crevettes

- Sur une autre plaque à cuisson, ajouter le **maïs**, les **oignons**, les **poivrons**, **1 c. à soupe d'huile** et **¼ c. à thé de sel d'ail** (doubler les qtés pour 4 pers.). **Poivrer**, puis bien mélanger.
- Rôtir au **centre** du four de 8 à 10 min, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- Entre-temps, ajouter dans un bol moyen les **crevettes** et **½ c. à thé de poivre au citron** (doubler la qté pour 4 pers.). **Salier**, puis bien mélanger.
- Lorsque les **légumes** seront légèrement croquants, retirer la plaque à cuisson du four avec précaution. Ajouter les **crevettes** à la plaque à cuisson contenant les **légumes**.
- Rôtir au **centre** du four de 2 à 4 min, jusqu'à ce que les **crevettes** soient entièrement cuites**.

Sécher le **saumon** avec un essuie-tout. **Salier** et **poivrer** sur tous les côtés. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.), puis le **saumon**. Poêler de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que le **saumon** soit doré et entièrement cuit**. Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud. Si désiré, retirer avec précaution la peau, puis la jeter.



Terminer et servir

- Sur la plaque à cuisson, arroser le **mélange de crevettes et de légumes** du **beurre à l'ail**. **Salier**, au goût, puis bien mélanger.
- Répartir les **potatoes** et le **mélange de crevettes et de légumes** dans les assiettes.
- Servir la **trempette au citron** en accompagnement.
- Arroser du jus d'un **quartier de citron**, si désiré.

Garnir le **mélange de légumes** de **saumon**.