

Crevettes style Buffalo

avec sauce ranch et quartiers de patates douces

Épicée

30 minutes



Crevettes



Pain artisan



Sauce piquante



Patate douce



Miel



Mélange printanier



Tomate Roma



Sauce ranch



Ciboulette

BONJOUR SAUCE BUFFALO

Sauce piquante et beurre se combinent pour vous offrir un classique digne des pubs!

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, cuillères à mesurer, tamis, papier parchemin, petit bol, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Pain artisan	2	4
Sauce piquante 🍷	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Patate douce	510 g	1 020 g
Miel	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mélange printanier	28 g	56 g
Tomate Roma	80 g	160 g
Sauce ranch	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Ciboulette	7 g	14 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Rôtir les quartiers de patates douces

- Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser 2 plaques à cuisson tapissées de papier parchemin avec 1 c. à soupe d'huile chacune.) **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le haut du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux et les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson.
- Griller dans le **bas** du four de 5 à 6 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Préparer

- Entre-temps, couper la **tomate** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Émincer la **ciboulette**.
- Dans un petit bol, mélanger la **ciboulette** et la **sauce ranch**.
- À l'aide d'un tamis, égoutter les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**.



Terminer et servir

- Étendre **2 c. à soupe** de **sauce ranch** (doubler la qté pour 4 pers.) sur les **pains**.
- Garnir les **tranches inférieures** du **mélange printanier**, de **tomates** et des **crevettes style Buffalo**. Refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs** et les **quartiers de patates douces** dans les assiettes. Servir le **reste** de la **sauce ranch** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!



Cuire les crevettes style Buffalo

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **2 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **crevettes**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses**.
- Ajouter **1 c. à soupe** de **sauce piquante** (doubler la qté pour 4 pers.) et le **miel**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce Buffalo** épaississe légèrement.