

# Croquettes de porc aux échalotes frites

avec sauce, purée de pommes de terre et haricots verts au parmesan

Découverte

40 minutes



Porc haché



Moutarde de Dijon



Chapelure panko



Sauce Worcestershire



Échalotes frites



Demi-glace de volaille



Farine tout usage



Pommes de terre Russet



Haricots verts



Sel d'ail



Ciboulette



Mayonnaise



Parmesan, râpé grossièrement

BONJOUR DEMI-GLACE

Une base de sauce riche et débordante de saveurs!

## 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, rouleau à pâtisserie, pinceau à pâtisserie en silicone, papier parchemin, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive, passoire, presse-purée, assiette creuse, grand bol

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Moutarde de Dijon	1 ½ c. à thé	3 c. à thé
Chapelure panko	½ tasse	1 tasse
Sauce Worcestershire	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Échalotes frites	56 g	112 g
Demi-glace de volaille	1	2
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Haricots verts	340 g	680 g
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Ciboulette	7 g	14 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	¼ tasse
Beurre non salé*	5 c. à soupe	10 c. à soupe
Lait*	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 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 en mentionnant

#LaVieHelloFresh

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



## Faire cuire les pommes de terre

Peler, puis couper les **pommes de terre** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans une grande casserole, recouvrir les **pommes 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. Lorsque l'**eau** bouillira, baisser à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **pommes de terre**. Égoutter et remettre dans la même casserole hors du feu. Ajouter **2 c. à soupe** de **beurre** et **2 c. à soupe** de **lait** (doubler les quantités pour 4 personnes) à la casserole contenant les **pommes de terre**, puis à l'aide d'un presse-purée, écraser jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler** et **poivrer**.



## Faire cuire les croquettes

Dans un grand bol, mélanger le **porc**, la **moutarde de Dijon**, la **moitié** du **sel d'ail**, le **reste** de la **chapelure panko**, **2 c. à soupe** de **purée de pommes de terre** (doubler la quantité pour 4 personnes) et la **moitié** de la **sauce Worcestershire**. **Poivrer**. Former à partir du mélange **4 galettes ovales de taille égale** de 2,5 cm (1 po) d'épaisseur (8 galettes pour 4 personnes). Badigeonner les **galettes** de **mayonnaise**. Transférer **une galette** à la fois dans l'assiette creuse, puis presser pour bien recouvrir les deux côtés du **mélange panko-échalote**. Transférer les **galettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites, de 10 à 12 minutes\*\*.



## Préparer

Pendant que les **pommes de terre** cuisent, à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, écraser les **échalotes frites**, dans leur emballage, pour obtenir de fines miettes. Parer les **haricots verts**. Émincer la **ciboulette**.



## Faire cuire les haricots verts

Pendant que les **croquettes** cuisent, faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé. Ajouter les **haricots verts** et **½ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que l'**eau** se soit évaporée. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis saupoudrer du **reste** du **sel d'ail** et **poivrer**. Faire cuire de 1 à 2 minutes en remuant souvent, jusqu'à ce que les **haricots verts** soient légèrement croquants. Réserver dans une assiette, puis couvrir pour garder chaud. Essuyer la poêle soigneusement.



## Préparer le mélange panko-échalote

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) et faire fondre en tournant. Ajouter la **moitié** de la **chapelure panko** et faire griller de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'elle soit dorée. Transférer dans une assiette creuse. Essuyer la poêle soigneusement. Réserver **1 c. à soupe** d'**échalotes frites**, puis ajouter les **échalotes frites restantes** dans l'assiette creuse contenant la **chapelure panko**. Bien mélanger.



## Terminer et servir

Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) et faire fondre en tournant. **Saupoudrer** de farine. Faire cuire de 30 secondes à 1 minute, en fouettant souvent, jusqu'à ce que le tout soit doré. Ajouter lentement **¾ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), un peu à la fois, en fouettant constamment pour éviter les grumeaux. Ajouter la **demi-glace** et le **reste** de la **sauce Worcestershire**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en fouettant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**. Répartir les **croquettes**, la **purée de pommes de terre** et les **haricots verts** dans les assiettes. Arroser la **purée de pommes de terre** et les **croquettes** de **sauce**. Parsemer les **haricots verts** des **échalotes frites réservées** et de **parmesan**. Parsemer le tout de **ciboulette**.

Le repas est prêt!