

Croquettes de porc aux échalotes frites

avec sauce et purée de pommes de terre

Découverte

40 minutes



Porc haché



Moutarde de Dijon



Chapelure panko



Sauce Worcestershire



Échalotes frites



Concentré de
bouillon de poulet



Farine tout usage



Pommes de terre
Russet



Haricots verts



Sel d'ail



Ciboulette



Mayonnaise



Parmesan, râpé
grossièrement

BONJOUR SAUCE WORCESTERSHIRE,
Ce condiment donne aux aliments un savoureux je ne sais quoi!

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, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, rouleau à pâtisserie, assiette creuse, pinceau de cuisine en silicone, papier parchemin, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive, épluche-légumes, 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
Concentré de bouillon de poulet	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, 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

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



1 Faire cuire les pommes de terre

Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** 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, puis baisser à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres. 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, puis à l'aide d'un presse-purée, écraser jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Salier** et **poivrer**.



4 Former et 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**, **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 de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.



2 Préparer

Pendant que les **potatoes** cuisent, ouvrir un côté de l'emballage contenant les **échalotes frites**. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie ou d'une casserole à fond épais, écraser les **échalotes frites**, dans leur emballage, pour obtenir de fines miettes. Parer les **haricots verts**. Émincer la **ciboulette**.



5 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). **Salier**. 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. 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. Ajouter la **farine**. Faire cuire pendant 30 secondes, en fouettant souvent, jusqu'à ce que le tout soit combiné.



3 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** 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**. Bien mélanger.



6 Terminer et servir

En fouettant sans arrêt, incorporer un peu à la fois **⅔ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes), le **concentré de bouillon** et le **reste** de la **sauce Worcestershire** à la poêle contenant le **beurre**. Porter à légère ébullition et faire cuire de 1 à 2 minutes, en fouettant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Salier** et **poivrer**. Répartir les **croquettes**, la **purée** et les **haricots verts** dans les assiettes. Arroser la **purée** 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!