

Croquettes de porc aux échalotes frites

avec sauce, purée de pommes de terre et brocoli au parmesan

Découverte

45 minutes



Porc haché



Moutarde de Dijon



Chapelure panko



Sauce Worcestershire



Échalotes frites



Concentré de bouillon de poulet



Farine tout usage



Pomme de terre Russet



Brocoli, en fleurons



Sel d'ail



Mayonnaise



Parmesan, râpé

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

2 plaques à cuisson, épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, rouleau à pâtisserie, assiette creuse, pinceau à pâtisserie en silicone, grand bol, papier parchemin, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive

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
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Brocoli, en fleurons	227 g	454 g
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Mayonnaise	2 c. à thé	4 c. à thé
Parmesan, râpé	¼ tasse	¼ tasse
Beurre non salé*	4 c. à soupe	8 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

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Faire cuire les pommes de terre

- Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 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 quant. pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen-élevé. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 min ou 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 quant. pour 4 pers.) à la casserole, puis à l'aide d'un presse-purée, écraser jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Former et faire cuire les croquettes

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



Faire le mélange panko-échalote

- Entre-temps, 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. Transférer les **échalotes frites** dans une assiette creuse.
- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler pour 4 pers.) et faire fondre en tournoyant.
- Ajouter la **moitié** de la **chapelure**. Faire cuire de 2 à 3 min ou jusqu'à ce qu'elle soit dorée, en remuant à l'occasion.
- Transférer la **chapelure** dans l'assiette creuse contenant les **échalotes frites**, puis bien mélanger.



Faire la sauce

- Entre-temps, essuyer la même poêle (celle de l'étape 2) et la faire chauffer à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler pour 4 pers.) et faire fondre en tournoyant.
- Saupoudrer de **farine**. Faire cuire pendant 30 s ou jusqu'à ce que le **beurre** et la **farine** soient bien mélangés, en fouettant souvent.
- Incorporer en fouettant **¾ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers.), le **concentré de bouillon** et le **reste** de la **sauce Worcestershire**. Porter à légère ébullition.
- Faire mijoter de 1 à 2 min ou jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, en fouettant à l'occasion. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Faire cuire le brocoli

- Entre-temps, couper le **brocoli** en bouchées.
- Lorsque les **potatoes** sont prêtes, disposer le **brocoli** sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. Arroser de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.) et saupoudrer de la **moitié** du **sel d'ail**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien enrober.
- Faire rôtir le **brocoli** au **centre** du four de 12 à 14 min ou jusqu'à ce qu'il soit tendre et doré.
- Parsemer le **brocoli** de **parmesan** et continuer de faire rôtir de 1 à 2 min ou jusqu'à ce que le **fromage** fonde.



Terminer et servir

- Répartir les **croquettes**, la **purée** et le **brocoli** dans les assiettes.
- Napper les **croquettes** et la **purée** de **sauce**.

Le souper, c'est réglé!