

Galettes de poulet dorées

avec écrasé de pommes de terre au fromage à la crème et aioli

Familiale

30 minutes



Poulet haché



Pomme de terre à chair jaune



Pois sucrés



Chapelure italienne



Parmesan, râpé



Fromage à la crème



Sel assaisonné



Mayonnaise



Purée d'ail

BONJOUR FROMAGE À LA CRÈME

Un fromage crémeux et polyvalent : l'ingrédient parfait tant pour les recettes sucrées que salées!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Guide pour la quantité d'ail à l'étape 2 (doubler la qté pour 4 pers.) :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Relevé : 1 c. à thé

Matériel requis

Passoire, cuillères à mesurer, grand bol, petit bol, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poulet haché *	250 g	500 g
Pomme de terre à chair jaune	360 g	720 g
Pois sucrés	113 g	227 g
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Parmesan, râpé	¼ tasse	½ tasse
Fromage à la crème	43 g	86 g
Sel assaisonné	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Mayonnaise	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Lait*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
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). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

• L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

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



1 Préparer et cuire les pommes de terre

- Couper les **potatoes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes de terre** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen-élevé. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes de terre**.
- Égoutter et remettre les **potatoes de terre** dans la même casserole, hors du feu.



4 Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **1 c. à soupe d'huile**, puis les **galettes**. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle; au besoin, cuire en 2 étapes en utilisant 1 c. à soupe d'huile chaque fois.)
- Poêler de 3 à 4 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées et entièrement cuites**.
- Transférer les **galettes** dans une assiette, puis couvrir pour garder chaud.
- Essuyer la poêle avec précaution.



2 Préparer l'aïoli

- Entre-temps, ajouter dans un petit bol la **mayonnaise** et **½ c. à thé de purée d'ail**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour la quantité d'ail.)
- Saupoudrer de **¼ c. à thé de sel assaisonné** (doubler la qté pour 4 pers.) et **poivrer**, puis bien mélanger.



5 Cuire les pois sucrés (facultatif)

- Entre-temps, parer les **pois sucrés**.
- Chauffer la même poêle à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **pois sucrés**. Saupoudrer du **reste du sel assaisonné** et **poivrer**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **pois sucrés** soient légèrement croquants. (**CONSEIL** : Vous pouvez sauter cette étape si vous préférez déguster les pois sucrés froids et croquants avec la trempette!)



3 Former les galettes

- Dans un grand bol, mélanger le **parmesan**, la **chapelure**, le **reste de la purée d'ail** et **¾ c. à thé de sel assaisonné** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Ajouter le **poulet**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 4 galettes d'un diamètre de 7,5 cm (3 po)** (8 galettes pour 4 pers.).



6 Terminer et servir

- Dans la casserole contenant les **potatoes de terre**, ajouter le **fromage à la crème**, **2 c. à soupe de lait** et **2 c. à soupe de beurre** (doubler les qtés pour 4 pers.). À l'aide d'un presse-purée, écraser grossièrement les **potatoes de terre**. (**REMARQUE** : Un « écrasé » aura encore quelques gros morceaux!) **Saler** et **poivrer**, au goût.
- Répartir les **galettes de poulet**, l'**écrasé de potatoes de terre** et les **pois sucrés** dans les assiettes.
- Servir l'**aïoli** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!