

Côtelettes d'agneau à la grecque

avec pommes de terre à l'ail et au citron et salade de concombres

De luxe

40 minutes



Côtelettes d'agneau



Mélange d'épices méditerranéen



Pomme de terre à chair jaune



Poivre au citron



Gousses d'ail



Sauce tzatziki



Mini concombre



Tomate beefsteak



Olives mélangées



Feta, émietté



Vinaigre de vin rouge



Pain plat

BONJOUR POIVRE AU CITRON

Un mélange d'épices poivré qui contient du citron vif et de l'ail piquant!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

3 plaques à cuisson, grand bol, papier parchemin, petit bol, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Côtelettes d'agneau	4	8
Mélange d'épices méditerranéen	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Pomme de terre à chair jaune	480 g	960 g
Poivre au citron	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Gousses d'ail	3	6
Sauce tzatziki	113 ml	226 ml
Mini concombre	132 g	264 g
Tomate beefsteak	170 g	340 g
Olives mélangées	30 g	60 g
Feta, émiettée	½ tasse	1 tasse
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Pain plat	2	4
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour une côtelette mi-saignante. La taille de la côtelette influe sur la cuisson.

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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Préparer

- Couper les **concombres** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 1,25 cm (½ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.
- Égoutter, puis hacher grossièrement les **olives**.
- Couper les **pommes de terre** en quartiers de 1,25 cm (½ po).



Faire cuire les côtelettes d'agneau

- Sécher l'**agneau** avec un essuie-tout, puis saupoudrer du **mélange d'épices méditerranéen**. **Saler** et **poivrer**.
- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.), puis l'**agneau**. Faire poêler de 1 à 2 min par côté ou jusqu'à ce qu'il soit doré.
- Retirer la poêle du feu. Transférer l'**agneau** sur une plaque à cuisson.
- Faire rôtir dans le **haut** du four de 6 à 8 min ou jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit**.



Faire rôtir les pommes de terre

- Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **pommes de terre** de **2 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.), puis les parsemer de la **moitié** de l'**ail**. Saupoudrer du **poivre au citron**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Faire rôtir au **centre** du four de 24 à 28 min ou jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient tendres et dorées, en retournant à mi-cuisson.



Faire les pains plats à l'ail

- Entre-temps, mélanger le **reste** de l'**ail** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.) dans un petit bol.
- Disposer les **pains plats** sur une autre plaque à cuisson.
- Étendre l'**huile à l'ail** sur les **pains plats**, puis **saler**.
- Faire griller dans le **bas** du four de 2 à 4 min ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Faire la salade

- Entre-temps, ajouter le **vinaigre** et **2 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.) dans un grand bol. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Ajouter les **olives**, les **concombres**, les **tomates** et le **feta** au bol, puis remuer pour enrober.



Terminer et servir

- Répartir les **pommes de terre**, la **salade**, les **pains plats** et les **côtelettes d'agneau** dans les assiettes.
- Servir la **sauce tzatziki** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!