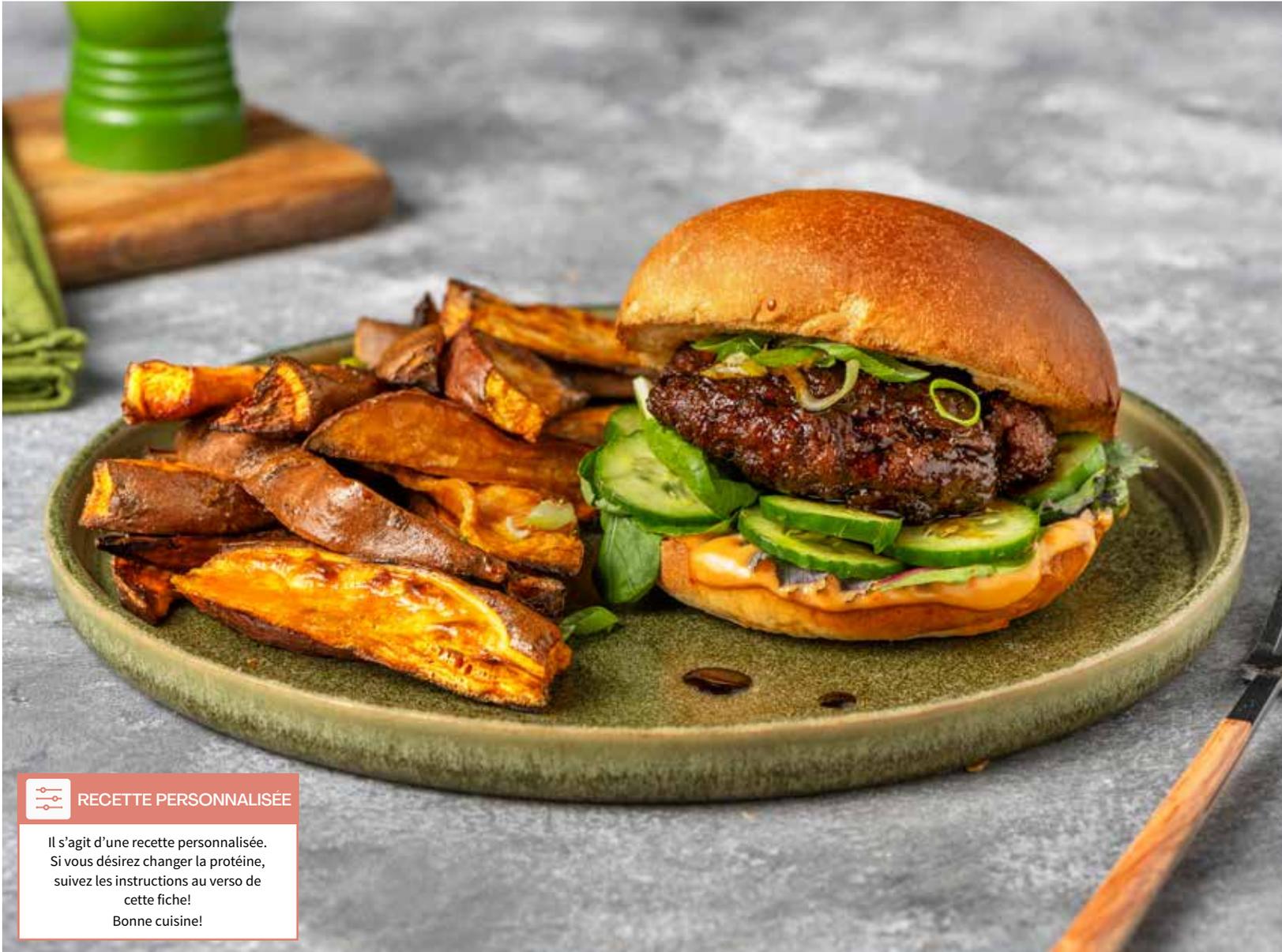


Burgers de bœuf glacé à la sauce hoisin

avec quartiers de patates douces et mayo épice

Épicée

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Bœuf haché



Beyond
Meat®



Petit pain brioché



Patate douce



Mini concombre



Oignons verts



Mayonnaise



Sauce hoisin



Mélange printanier



Sriracha



Chapelure panko

BONJOUR SAUCE HOISIN

Une sauce sucrée et salée qui ajoute un supplément de saveur!

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, bol moyen, cuillères à mesurer, papier parchemin, petit bol, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Beyond Meat®	250 g	500 g
Petit pain broiché	2	4
Patate douce	340 g	680 g
Mini concombre	132 g	264 g
Oignons verts	2	4
Mayonnaise	½ tasse	1 tasse
Sauce hoïsin	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Mélange printanier	28 g	56 g
Sriracha 🌶️	2 c. à thé	4 c. à thé
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
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 #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire rôtir les patates douces

Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile**. **Salé** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson tapissées de papier parchemin avec 1 c. à soupe d'huile chacune.) Faire rôtir au **centre** du four de 22 à 24 minutes, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, faire cuire sur les grilles du centre et du bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Faire cuire les galettes

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile**, puis les **galettes**. Faire poêler de 3 à 5 minutes par côté, jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites**. (**CONSEIL** : Ne pas surcharger la poêle; au besoin, faire cuire les galettes en 2 étapes en utilisant 1/2 c. à soupe d'huile chaque fois!) Égoutter soigneusement et jeter l'excédent de gras. Retirer la poêle du feu. Ajouter la **sauce hoïsin** et retourner les **galettes** pour bien les enrober.

RECETTE PERSONNALISÉE

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le faire cuire de la même façon que la recette demande de faire cuire le **bœuf**.



Préparer

Pendant que les **patates douces** rôtissent, couper le **concombre** en tranches minces. Émincer les **oignons verts**. Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise** et la **sriracha**. **Poivrer** et bien mélanger.



Faire griller les pains

Pendant que les **galettes** cuisent, couper les **pains** en deux. Ajouter les **pains** directement sur la grille du **haut** du four, côté coupé vers le haut. Faire griller de 3 à 4 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Former les galettes

Dans un bol moyen, ajouter le **bœuf**, la **chapelure** et **¼ c. à thé de sel** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Poivrer** et bien mélanger. Former à partir du **mélange 2 galettes de taille égale** (4 galettes pour 4 personnes). (**CONSEIL** : Pour des galettes plus fermes, ajouter 1 œuf au mélange.)



Terminer et servir

Lorsque les **patates douces** sont prêtes, les parsemer de la **moitié** des **oignons verts**, puis bien remuer. Étaler **un peu de mayo épicée** sur les **tranches de pain inférieures** de **mélange printanier**, de **concombres**, de **galettes**, du **reste** de **oignons verts**, de **sauce hoïsin restant** dans la poêle, puis couronner des **tranches de pain supérieures**. Répartir les **burgers** et les **patates douces** dans les assiettes. Servir avec le **reste** de la **mayo épicée** comme trempette.

Le repas est prêt!