



Quartiers de pommes de terre tout garnis

avec lentilles, fromage, avocat et crème sure

FAMILIALE 35 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!

-  Pomme de terre Russet
-  Lentilles rouges
-  Fromage cheddar, râpé
-  Oignon rouge, haché
-  Ail
-  Concentré de bouillon de légumes
-  Assaisonnement mexicain
-  Sauce tomate
-  Tomate Roma
-  Crème sure
-  Avocat
-  Poudre de chipotle
-  Oignons verts

BONJOUR LENTILLES!

Le saviez-vous? La Saskatchewan produit plus de 60 % des lentilles dans le monde!

COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 3 :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ¼ c. à thé
- Épicé : ½ c. à thé
- Très épicé : 1 c. à thé

Sortir

Plaque à cuisson, presse-ail, cuillères à mesurer, casserole moyenne, tasses à mesurer

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Lentilles rouges	¾ tasse	1 ½ tasse
Fromage cheddar, râpé	½ tasse	1 tasse
Oignon rouge, haché	56 g	113 g
Ail	12 g	24 g
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Assaisonnement mexicain	1 c. à table	2 c. à table
Sauce tomate	¼ tasse	½ tasse
Tomate Roma	160 g	320 g
Crème sure	6 c. à table	12 c. à table
Avocat	1	2
Poudre de chipotle	1 c. à thé	1 c. à thé
Oignons verts	2	4
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



1. RÔTIR LES POMMES DE TERRE

Couper les **pommes de terre** en quartiers de 0,5 cm (¼ po). Sur une plaque à cuisson, arroser les **pommes de terre** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient brun doré, de 21 à 23 min.



4. PRÉPARER LES GARNITURES

Pendant que le **chili** mijote, émincer les **oignons verts**. Couper les **tomates** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis couper l'**avocat** en morceaux de 1,25 cm (½ po).



2. COMMENCER LE CHILI

Pendant que les **pommes de terre** rôtissent, peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Dans une casserole moyenne à feu moyen, ajouter **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers). Ajouter les **oignons rouges**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 3 à 4 min. **Saler** et **poivrer**.



5. FINIR ET SERVIR

Une fois les **pommes de terre rôties**, les répartir dans les assiettes. Garnir de **chili aux lentilles**. Saupoudrer de **fromage**. Couronner d'**oignons verts**, de **tomates en dés** et d'**avocat**. Napper de **crème sure**.



3. FINIR LE CHILI

Ajouter la **sauce tomate**, les **lentilles**, le **concentré de bouillon**, l'**ail**, l'**assaisonnement mexicain**, **3 tasses** d'**eau** (doubler pour 4 pers) et **¼ c. à thé** de **poudre de chipotle** dans la casserole. (**NOTE** : se référer au guide pour le niveau d'épice.) Porter à légère ébullition, puis cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **lentilles** ramollissent, de 18 à 20 min. **Saler** et **poivrer**.

Le souper, c'est réglé!