



Moules dans un bouillon parfumé

avec frites aux herbes et ciabatta grillée

FAMILIALE 30 minutes



Moules



Pomme de terre
Russet



Oignon rouge,
en dés



Ail



Persil



Concentré de
bouillon de poulet



Mayonnaise



Petit pain ciabatta

BONJOUR MOULES!

La moule est un aliment polyvalent : sa coquille vide fait le parfait ustensile pour dégager la chair des autres moules!

Bon départ

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

Sortez

2 plaques à cuisson, grand bol, grande casserole, papier parchemin, pinceau en silicone, passoire, petit bol, cuillères à mesurer

Ingrédients

	4 pers
Moules	1816 g
Pomme de terre Russet	920 g
Oignon rouge, en dés	113 g
Ail	18 g
Persil	14 g
Concentré de bouillon de poulet	2
Mayonnaise	¼ tasse
Petit pain ciabatta	4
Beurre non salé*	2 c. à table
Huile*	
Sel et poivre*	

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F.

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 rejoindre

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 frites de 0,5 cm (¼ po). Sur deux plaques à cuisson recouvertes de papier parchemin, arroser les **frites** de **2 c. à table** d'**huile** (**NOTE**: 1 c. à table d'huile par plaque). **Saler** et **poivrer**. Rôtir sur les grilles du **centre** et du **bas** en interchangeant les plaques à mi-cuisson jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 25 à 28 min.



4. CUIRE LES MOULES

Pendant que la **ciabatta** grille, mettre **2 c. à table** de **beurre** dans une grande casserole à feu moyen, puis ajouter les **oignons** et **le reste** de l'**ail**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 2 à 3 min. Ajouter le **liquide des moules réservé** et porter à ébullition. Lorsque le **liquide** bout, ajouter **les concentrés de bouillon** et les **moules**. Couvrir et cuire jusqu'à ce que les **moules** soient chaudes, de 2 à 3 min. **** Poivrer**.



2. PRÉPARATION

Pendant que les **pommes de terre** rôtissent, hacher grossièrement le **persil**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Placer une passoire au-dessus d'un grand bol, puis y égoutter les **moules**. Réserver le **liquide**. Jeter les **moules brisées ou encore fermées**. Dans un petit bol, mélanger la **mayo** et **½ c. à thé** d'**ail**. **Saler** et **poivrer**.



5. FINIR LES FRITES

Lorsque les **frites** sont cuites, les saupoudrer de **la moitié** du **persil**. Bien mélanger.



3. PRÉPARER LA CIABATTA

Couper les **pains** en deux, puis les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson. Badigeonner les pains de **2 c. à table** d'**huile**. Rôtir sur la grille du **haut** jusqu'à ce qu'ils soient dorés, de 6 à 8 min. (**ASTUCE**: attention de ne pas les brûler!)



6. FINIR ET SERVIR

Répartir les **frites** dans les assiettes. Répartir les **moules** et le **bouillon** dans les bols. Saupoudrer **du reste** de **persil**. Servir avec la **ciabatta grillée** et la **mayo à l'ail** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!