

Pâté chinois au bison

avec salade de raisins au vinaigre balsamique

Spécial découverte 40 minutes



Bison haché maigre



Pomme de terre
Russet



Mirepoix



Mélange roquette et
épinards



Base de sauce
tomate



Concentré de
bouillon de bœuf



Petits pois



Mélange pour sauce



Vinaigre balsamique



Raisins rouges



Thym



Cheddar blanc, râpé

BONJOUR BISON

Cette coupe de viande est bien plus maigre que le bœuf, malgré son goût similaire!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po)

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bison haché maigre	250 g	500 g
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Mirepoix	113 g	227 g
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Base de sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Petits pois	56 g	113 g
Mélange pour sauce	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Vinaigre balsamique	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Raisins rouges	85 g	170 g
Thym	7 g	7 g
Cheddar blanc, râpé	1 tasse	2 tasse
Sucre*	1/8 c. à thé	1/4 c. à thé
Beurre non salé*	3 c. à soupe	6 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).

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



Cuire les pommes de terre

- Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** 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**.
- Égoutter et remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter **2 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis écraser les **potatoes** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Assembler et cuire le pâté chinois

- Transférer la **garniture de bison** dans un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) (23 x 33 cm [9 x 13 po] pour 4 pers.).
- Recouvrir uniformément la **garniture** de **purée de pommes de terre**.
- Parsemer uniformément de **fromage**, puis d'**autant** du **reste** du **thym** que désiré.
- Cuire le **pâté chinois** au **centre** du four de 14 à 16 min, jusqu'à ce que la **garniture** bouillonne sur les côtés.



Commencer la garniture

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Détacher des branches **2 c. à thé** de **feuilles de thym** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les hacher finement.
- Ajouter à la poêle chaude **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis la **mirepoix**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent légèrement. **Saler** et **poivrer**.
- Ajouter le **bison**. Poursuivre la cuisson de 4 à 5 min, en défaisant le **bison** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. **Saler** et **poivrer**.



Assembler la salade

- Entre-temps, couper les **raisins** en deux.
- Dans un grand bol, ajouter le **reste** du **vinaigre**, **1/8 c. à thé** de **sucre** et **1 1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler les qtés pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Lorsque le **pâté chinois** sera presque cuit, ajouter dans le bol les **raisins** et le **mélange roquette et épinards**, puis bien mélanger.



Terminer la garniture

- Dans la poêle contenant le **bison**, ajouter la **moitié** du **thym**, les **pois**, la **base de sauce tomate** et **1/2 c. à thé** de **vinaigre** (doubler la qté pour 4 pers.). Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme.
- Saupoudrer du **mélange pour sauce**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant constamment, jusqu'à ce que le tout soit combiné.
- Ajouter le **concentré de bouillon** et **3/4 tasse** d'**eau** (doubler la qté pour 4 pers.). Porter à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Terminer et servir

- Laisser refroidir le **pâté chinois** de 3 à 5 min avant de servir.
- Répartir le **pâté chinois** dans les assiettes.
- Servir la **salade** en accompagnement.

Le souper, c'est réglé!