

# Champignons portobello façon Wellington

avec salade de chou frisé aux canneberges

Végé

40 minutes



Champignons portobello



Bébés épinards



Oignon, haché



Gousses d'ail



Canneberges séchées



Vinaigre de vin rouge



Pâte feuilletée



Bébé chou frisé



Thym



Sauce soja



Moutarde à l'ancienne

**BONJOUR CHAMPIGNONS PORTOBELLO**

*Ces champignons copieux sont tout simplement des creminis adultes!*

## 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, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, grand bol, papier parchemin, fouet, grande poêle antiadhésive, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po)

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Champignons portobello	2	4
Pâte feuilletée	340 g	680 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Bébé chou frisé	56 g	113 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Thym	7 g	7 g
Gousses d'ail	2	4
Sauce soja	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Canneberges séchées	¼ tasse	½ tasse
Moutarde à l'ancienne	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		

Sel et poivre\*

\* Essentiels à avoir à la maison

## 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 joindre

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



## 1 Préparer et faire rôtir les champignons portobello

Séparer les **pieds** des **têtes de champignons** et les réserver. Placer les **têtes de champignons** dans un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) (ou sur une plaque à cuisson). Badigeonner l'intérieur et l'extérieur de **chaque tête de champignon** de **sauce soja**. **Poivrer**, puis disposer les **têtes de champignons**, côté intérieur vers le bas. Faire cuire au **centre** du four de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient presque tendres.



## 4 Faire cuire les feuilletés Wellington

**Un rectangle de pâte** à la fois, replier le côté de la **pâte** sans mélange de champignon par-dessus la **garniture**. Pincer les rebords pour bien les fermer, puis rouler les rebords pour bien les sceller. Faire cuire au **centre** du four de 15 à 18 minutes, jusqu'à ce que la **pâte** soit dorée et entièrement cuite. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, faire cuire les Wellington sur les grilles du centre et du haut, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



## 2 Préparer la garniture

Pendant que les **têtes de champignons** cuisent, hacher grossièrement les **pieds de champignons**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Détacher de la branche **½ c. à soupe** de **feuilles de thym** (doubler la quantité pour 4 personnes). Hacher grossièrement la **moitié** des **épinards**. Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **oignons**, les **pieds de champignons**, l'**ail** et le **thym**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent. Ajouter les **épinards hachés**. Remuer pendant 1 minute, jusqu'à ce qu'ils tombent. **Saler** et **poivrer**.



## 5 Préparer la salade

Pendant que les **Wellington** cuisent, fouetter dans un grand bol le **vinaigre**, le **reste** de la **moutarde**, **½ c. à thé** de **sucre** et **2 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 2 personnes). Ajouter les **canneberges**, le **chou frisé** et le **reste** des **épinards**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.



## 3 Assembler les feuilletés Wellington

Dérouler la **pâte feuilletée**, jeter le papier ciré, puis la disposer sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Couper la **pâte** en deux pour créer 2 rectangles. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson recouvertes de papier parchemin et créer 4 rectangles.) Disposer les **rectangles de pâte feuilletée** avec au moins 5 cm (2 po) d'espace entre eux. Garnir un côté de **chaque rectangle** de **mélange aux épinards**. Placer les **têtes de champignons** sur le mélange aux épinards, **1 tête** par **Wellington**. Étaler **½ c. à soupe** de **moutarde** sur **chaque tête de champignon**.



## 6 Terminer et servir

Répartir les **portobellos façon Wellington** et la **salade** dans les assiettes.

## Le repas est prêt!