

Poulet à l'érable enrobé de bacon

avec quartiers de pommes de terre tout garnis

Spéciale

35 minutes



Poitrines de poulet



Tranches de bacon



Pommes de terre
Russet



Oignons verts



Bébé chou frisé



Sirup d'érable



Assaisonnement
BBQ



Cheddar, râpé



Vinaigre de vin blanc



Garniture à salade

BONJOUR BACON

Délicieusement salé et fumé... voilà un aliment qui rehausse bien les saveurs!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, grand bol, papier parchemin, fouet. grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poitrines de poulet	2	4
Tranches de bacon	100 g	200 g
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Oignons verts	2	4
Bébé chou frisé	56 g	113 g
Sirup d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Assaisonnement BBQ	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Cheddar, râpé	½ tasse	1 tasse
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Garniture à salade	28 g	56 g
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire le bacon et le poulet jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement.

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 en mentionnant

#LaVieHelloFresh

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



1 Faire rôtir les quartiers de pommes de terre

Couper les **potatoes** en quartiers de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement BBQ. Poivrer**. Faire rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient dorées, de 24 à 26 minutes. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune. Faire rôtir sur les grilles du centre et du bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



4 Préparer la salade

Pendant que le **poulet enrobé de bacon** cuit, trancher finement les **oignons verts**. Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre de vin blanc**, le **reste** du **sirup d'érable** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Ajouter le **chou frisé**, la **garniture à salade** et la **moitié** des **oignons verts**. Bien mélanger.



2 Préparer le poulet

Pendant que les **quartiers de pommes de terre** rôtissent, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Saupoudrer du **reste** de l'**assaisonnement BBQ. Poivrer**, puis enrouler **chaque poitrine** de **deux tranches de bacon**. (**CONSEIL** : Superposer 2,5 cm (1 po) d'une tranche de bacon sur l'autre au moment d'enrober le poulet les gardera en place pendant la cuisson!)



5 Terminer et servir

Lorsque les **quartiers de pommes de terre** seront cuits, les parsemer de **fromage** et du **reste** des **oignons verts**. Répartir le **poulet enrobé de bacon**, les **quartiers de pommes de terre** et la **salade** dans les assiettes.

Le repas est prêt!



3 Faire rôtir le poulet

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **poulet enrobé de bacon**. Saisir jusqu'à ce qu'il soit doré, de 2 à 3 minutes par côté. Transférer le **poulet saisi** sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Verser la **moitié** du **sirup d'érable** en filet sur **chaque morceau de poulet saisi**. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four de 16 à 18 minutes, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit.**