

Poulet à l'érable enrobé de bacon

avec quartiers de pommes de terre tout garnis

Fêtes

35 minutes



Poitrines de poulet



Tranches de bacon



Pomme de terre
Russet



Oignon vert



Mélange roquette et
épinards



Sirop 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, pinceau à pâtisserie en silicone, 2 grands bols, papier parchemin, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poitrines de poulet *	2	4
Tranches de bacon	100 g	200 g
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Oignon vert	2	2
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Sirop 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

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

• L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

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



1 Rôtir les quartiers de pommes de terre

• Couper les **pommes de terre** en quartiers de 1,25 cm (½ po).

• Dans un grand bol, arroser les **quartiers de pommes de terre** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.) et saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement BBQ**. **Poivrer**, puis remuer pour enrober.

• Disposer les **pommes de terre** en une seule couche sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser 2 plaques à cuisson.)

• Rôtir au **centre** du four de 24 à 26 min, jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., cuire au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson).

• Lorsque les **quartiers de pommes de terre** seront cuits, les parsemer de **fromage**.



4 Assembler la salade

• Entre-temps, émincer les **oignons verts**.

• Dans un autre grand bol, ajouter le **vinaigre**, le **reste** du **sirop d'érable** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.

• Ajouter le **mélange roquette et épinards**, la **garniture à salade** et la **moitié** des **oignons verts**. Bien mélanger.



2 Préparer le poulet

• Entre-temps, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Assaisonner du **reste** de l'**assaisonnement BBQ** et **poivrer**.

• Enrouler **chaque poitrine de poulet** 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!)



3 Cuire le poulet

• Recouvrir une autre plaque à cuisson de papier parchemin.

• Dans un petit bol, ajouter la **moitié** du **sirop d'érable** pour badigeonner le **poulet**.

• Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.

• Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **poulet enrobé de bacon**. Poêler de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré.

• Transférer le **poulet** sur la plaque à cuisson préparée. Badigeonner le dessus du **poulet** du **sirop d'érable** contenu dans le petit bol.

• Rôtir dans le **haut** du four de 16 à 18 min, jusqu'à ce que ce que le **poulet** soit entièrement cuit**.



5 Terminer et servir

• Trancher finement le **poulet**, si désiré.

• Répartir le **poulet enrobé de bacon**, les **quartiers de pommes de terre** et la **salade** dans les assiettes.

• Parsemer les **pommes de terre** du **reste** des **oignons verts**.

Le souper, c'est réglé!