

Poulet croustillant et scones

avec haricots verts et purée de patates douces

Spéciale

55 minutes



Poulet en crapaudine



Farine tout usage



Poudre à pâte



Mayonnaise



Crème sure



Oignon vert



Sirop d'érable



Patate douce



Assaisonnement BBQ



Haricots verts



Cheddar, râpé



Poivron

BONJOUR SCONES MAISON

Préparer des scones friables et au délicieux goût de fromage, c'est simple comme bonjour!

D'abord

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

Matériel requis

2 plaques à cuisson, épluche-légumes, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, papier d'aluminium, grand bol, papier parchemin, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poulet en crapaudine *	½	1
Farine tout usage	1 ½ tasse	3 tasses
Poudre à pâte	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Crème sure	6 c. à soupe	12 c. à soupe
Oignon vert	2	2
Sirope d'érable	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Patate douce	510 g	1 020 g
Assaisonnement BBQ	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Haricots verts	170 g	340 g
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Poivron	160 g	320 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

† 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

Facebook Instagram Twitter @HelloFreshCA



Rôtir le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout, puis le disposer sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- **Saler et poivrer**, puis saupoudrer de l'**assaisonnement BBQ**. Arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Rôtir dans le **haut** du four de 35 à 40 min, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré et entièrement cuit**.



Cuire les scones

- Couper le **disque de pâte de scone** en **8 pointes égales**. (REMARQUE : Pour 4 pers., il y aura 16 pointes.)
- Transférer les **scones** sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Cuire au **centre** du four de 12 à 15 min, jusqu'à ce qu'ils soient gonflés et dorés.



Cuire les patates douces

- Entre-temps, éplucher, puis couper les **patates douces** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **patates douces d'assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **1 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 **patates douces**.



Cuire les légumes

- Entre-temps, parer les **haricots verts**.
- Évider, puis couper le **poivron** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter les **haricots verts**, les **poivrons** et **3 c. à soupe d'eau** (doubler la qté pour 4 pers.). Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés. **Saler et poivrer**.
- Transférer les **légumes** dans une assiette, puis couvrir de papier d'aluminium pour garder chaud.



Préparer les scones

- Entre-temps, émincer les **oignons verts**.
- Dans un grand bol, mélanger la **mayonnaise**, la **crème sure**, les **oignons verts**, le **fromage**, la **poudre à pâte**, **2 c. à soupe d'eau**, **1 c. à thé de sucre** et **½ c. à thé de sel** (doubler les qtés pour 4 pers.).
- Ajouter la **farine**, puis remuer jusqu'à ce que le tout soit tout juste combiné.
- Presser la **pâte** avec les mains pour former une **boule**, sans trop la compacter. Aplatis la **pâte** de manière à former un **disque de 2,5 cm (1 po) d'épaisseur**. (REMARQUE : Pour 4 pers., couper la pâte en deux et former 2 disques.)



Terminer et servir

- Lorsque les **patates douces** seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter la **moitié du sirope d'érable** (toute la qté pour 4 pers.) et **2 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis écraser les **patates douces** jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler et poivrer**, au goût.
- Découper le **poulet**.
- Répartir la **purée**, le **poulet**, les **légumes** et les **scones** dans les assiettes.

Le souper, c'est réglé!