

Poulet et côtes levées BBQ

avec écrasé crémeux de pommes de terre et salade César

Spéciale

35 minutes



Côtes levées de porc BBQ, entièrement cuites



Poitrines de poulet



Pommes de terre à chair jaune



Bébés épinards



Chou frisé, haché



Pain ciabatta



Vinaigrette César



Crème sure



Parmesan, râpé grossièrement

BONJOUR CÔTES LEVÉES BBQ

Les côtes levées n'ont jamais eu si bon goût!

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, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, pinceau à pâtisserie en silicone, papier d'aluminium, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout, grand bol

Ingrédients

| | 2 personnes | 4 personnes |
|--|--------------|--------------|
| Côtes levées de porc BBQ, entièrement cuites | 728 g | 1 456 g |
| Poitrines de poulet * | 2 | 4 |
| Pommes de terre à chair jaune | 360 g | 720 g |
| Bébés épinards | 56 g | 113 g |
| Chou frisé, haché | 56 g | 113 g |
| Pain ciabatta | 1 | 2 |
| Vinaigrette César | 4 c. à soupe | 8 c. à soupe |
| Crème sure | 3 c. à soupe | 6 c. à soupe |
| Parmesan, râpé grossièrement | ¼ tasse | ½ tasse |
| Beurre non salé* | 2 c. à soupe | 4 c. à soupe |
| Huile* | | |
| Sel et poivre* | | |

* Essentiels à avoir à la maison

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

• 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 minutes 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 joindre

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Faire cuire les pommes de terre

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 **1 c. à thé** de **sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Baisser à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, 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 quantité pour 4 personnes) et la **crème sure**, puis écraser grossièrement les **potatoes**. (**REMARQUE** : Un « écrasé de pommes de terre » n'est pas une purée lisse, il est normal qu'il y ait encore quelques morceaux.) **Saler** et **poivrer**, au goût.



4 Préparer les croûtons

Couper le **pain ciabatta** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les morceaux de **pain ciabatta** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four de 5 à 6 minutes, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les morceaux de **pain ciabatta** soient légèrement dorés. (**CONSEIL** : Surveiller les croûtons pour ne pas les brûler!)



2 Préparer les côtes levées et le poulet

Entre-temps, couper les **côtes levées** en deux, puis les disposer sur une moitié d'une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium. (**REMARQUE** : Utiliser toute la plaque à cuisson pour 4 personnes.) **Saler** et **poivrer**. (**REMARQUE** : Réserver la sauce BBQ des côtes levées.) Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**.



5 Faire la salade

Dans un grand bol, ajouter les **croûtons**, les **épinards**, le **chou frisé**, la **vinaigrette César** et la **moitié** du **parmesan**. Bien mélanger.



3 Faire cuire les côtes levées et 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**. Saisir jusqu'à ce qu'il soit doré, de 1 à 2 minutes par côté. Transférer le **poulet** sur la plaque à cuisson contenant les **côtes levées**. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, transférer le poulet sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium.) Badigeonner les **côtes levées** et le **poulet** de la **sauce BBQ réservée**, puis faire rôtir au **centre** du four de 12 à 14 minutes, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit et que les **côtes levées** soient réchauffées**. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, faire rôtir sur les grilles du bas et du centre, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Terminer et servir

Trancher le **poulet** finement. Répartir le **poulet**, les **côtes levées**, l'**écrasé crémeux de pommes de terre** et la **salade** dans les assiettes. Napper le **poulet** et les **côtes levées** du **reste** de la **sauce BBQ**. Parsemer le **reste** du **parmesan** sur la **salade**.

Le repas est prêt!