

Ragoût express à l'irlandaise

avec crostinis à l'ail

35 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Bœuf haché



Dinde hachée



Mirepoix



Pomme de terre rouge



Mélange pour sauce brune



Gousses d'ail



Persil et thym



Concentré de bouillon de bœuf



Pain à sous-marin



Sauce soja



Sel d'ail

BONJOUR MIREPOIX

Un mélange d'oignon, de carotte et de céleri hachés!

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, cuillère à rainures, grand bol, papier parchemin, tasses à mesurer, grande casserole, petit bol

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
 Dinde hachée	250 g	500 g
Mirepoix	113 g	227 g
Pomme de terre rouges	360 g	720 g
Mélange pour sauce brune	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Gousses d'ail	2	4
Persil et thym	14 g	14 g
Concentré de bouillon de bœuf	2	4
Pain à sous-marins	2	4
Sauce soja	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
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).

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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Faire rôtir les pommes de terre

Couper les **potatoes** en quatre. 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). Assaisonner de la **moitié** du **sel d'ail** et **poivrer**, puis remuer pour enrober. Faire rôtir au **centre** du four de 25 à 28 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient dorées.



Préparer et faire cuire le bœuf

Pendant que les **potatoes** rôtissent, détacher **1 c. à soupe** de **feuilles de thym** de la branche (doubler la quantité pour 4 personnes). Hacher grossièrement le **persil**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Faire chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à thé** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bœuf**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. **Saler** et **poivrer**. À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bœuf** dans un grand bol. Jeter le gras contenu dans la casserole.



RECETTE PERSONNALISÉE

Si vous avez choisi la **dinde**, la faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **bœuf**.



Faire cuire le ragoût

Ajouter les **concentrés de bouillon**, la **sauce soja** et **1 ½ tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans la casserole. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Porter à ébullition à feu élevé, puis baisser à feu moyen-doux. Faire cuire de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **ragoût** épaisse légèrement et que les **légumes** soient tendres. (**CONSEIL** : Pour un ragoût plus liquide, ajouter ¼ tasse d'eau supplémentaire [½ tasse pour 4 personnes].)



Préparer les crostinis à l'ail

Pendant que le **ragoût** mijote, mélanger dans un petit bol le **reste** de l'**ail** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Couper les **pains** en deux sur la longueur. Sur une plaque à cuisson, disposer les **pains**, côté coupé vers le haut, puis les badigeonner d'**huile à l'ail**. Faire griller sur la grille du **haut** du four de 5 à 6 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Faire cuire la mirepoix

Réduire à feu moyen, puis dans la même casserole, ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), la **mirepoix**, le **thym**, le **reste** du **sel d'ail** et la **moitié** de l'**ail**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes de la mirepoix** ramollissent légèrement. Ajouter le **bœuf** et tout le **liquide** contenu dans le bol. Saupoudrer du **mélange pour sauce brune**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** et le **bœuf** soient bien enrobés.



Terminer et servir

Ajouter les **potatoes rôties** au **ragoût** et bien mélanger. Répartir le **ragoût** dans les bols. Servir les **crostinis à l'ail** en accompagnement. Garnir le **ragoût** et les **crostinis** de **persil**.

Le repas est prêt!