



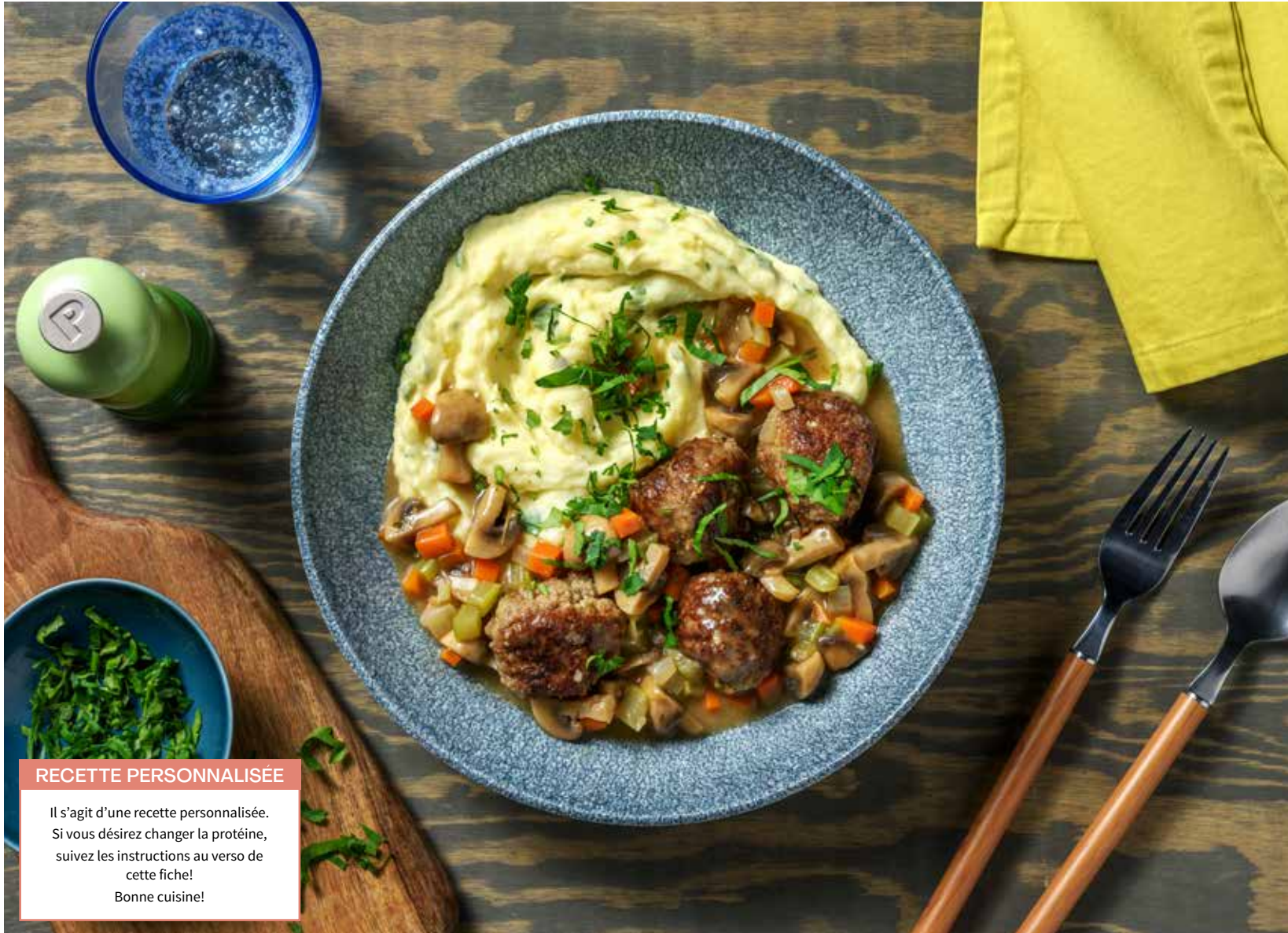
Ragoût classique de boulettes de bœuf et de champignons

avec purée onctueuse au raifort

Préparée en 10 min 30 minutes



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.



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



Chapelure italienne



Mirepoix



Concentré de bouillon de bœuf



Pomme de terre Russet



Persil



Sauce crémeuse au raifort



Champignons



Farine tout usage



Purée d'ail



Romarin

BONJOUR RAIFORT

Cette racine relevée fait partie de la même famille que le wasabi!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Unités de mesure à chaque étape	1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
	2 personnes	4 personnes	Ingrédient

Matériel requis

Épluche-légumes, cuillères à mesurer, presse-purée, tamis, casserole moyenne, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Dinde hachée	250 g	500 g
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Mirepoix	113 g	227 g
Concentré de bouillon de bœuf	2	4
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Persil	7 g	7 g
Sauce crémeuse au raifort	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Champignons	113 g	227 g
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Romarin	1 branche	1 branche
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Lait*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** 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'app.

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 soya, des sulfites, des noix et du blé.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.

Nous joindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

@HelloFreshCA

1



Faire bouillir les pommes de terre

- Éplucher, puis couper les **potatoes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une casserole moyenne, recouvrir les **potatoes de terre** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé de sel**. (**REMARQUE** : Les mêmes qtés pour 4 pers.) Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Réduire à feu moyen.
- Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes de terre**.
- Égoutter et remettre les **potatoes de terre** dans la même casserole, hors du feu.

4



Préparer la sauce

- Dans la grande casserole, ajouter la **farine**, le **reste** de la **purée d'ail** et le **reste** du **romarin**. Cuire pendant 1 min, en remuant, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés de farine.
- Incorporer en fouettant le **concentré de bouillon** et **1 ½ tasse** (2 ⅔ tasses) d'**eau**, puis ajouter les **boulettes** et le **jus restant** dans l'assiette.
- Porter à ébullition à feu élevé. Réduire à feu moyen. Laisser mijoter de 8 à 10 min, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement et que les **boulettes** soient entièrement cuites**. **Salier** et **poivrer**.

2



Préparer

- Entre-temps, détacher ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) de **feuilles de romarin** des **branches**, puis les hacher grossièrement.
- Hacher grossièrement le **persil**.
- Retirer 0,5 cm (¼ po) des **pieds de champignons**, puis couper les **champignons** en quatre.
- Dans un grand bol, ajouter le **bœuf**, la **chapelure**, la **moitié** de la **purée d'ail** et la **moitié** du **romarin**. Assaisonner de ⅓ **c. à thé** (¼ c. à thé) de **sel** et **poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 8 boulettes** (16 boulettes) de **taille égale**.

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

5



Écraser les pommes de terre

- Entre-temps, ajouter la **sauce crémeuse au raifort**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre** et ¼ **tasse** (½ tasse) de **lait** dans la casserole contenant les **potatoes de terre**.
- Écraser le tout jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse.
- Ajouter la **moitié** du **persil**, puis **salier** et **poivrer**, au goût.

3



Préparer le ragoût

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **boulettes**. Poêler de 4 à 6 min, en retournant les **boulettes** pour qu'elles soient dorées sur tous les côtés. Transférer dans une assiette. (**REMARQUE** : Les boulettes finiront de cuire à l'étape 4.)
- Dans la poêle, ajouter la **mirepoix** et les **champignons**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent.

6



Terminer et servir

- Répartir la **purée onctueuse au raifort** dans les bols.
- Garnir de **ragoût de boulettes et de champignons**.
- Parsemer le **ragoût** du **reste** du **persil**.

Le souper, c'est réglé!