

Ragôût de boulettes et de champignons avec purée à l'ail rôti et au parmesan

Familiale

30 à 40 minutes



Bœuf haché



Chapelure italienne



Parmesan, râpé
grossièrement



Mirepoix



Champignons



Petits pois



Gousses d'ail



Pomme de terre
Russet



Concentré de
bouillon de bœuf



Bouillon de bœuf en
poudre



Farine tout usage

BONJOUR AIL RÔTI

L'ail rôti a une saveur caramélisée plus douce!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, épluche-légumes, cuillères à mesurer, presse-purée, tamis, papier d'aluminium, casserole moyenne, grand bol, tasses à mesurer, grande casserole

Ingrédients

| | 2 personnes | 4 personnes |
|-------------------------------|--------------|--------------|
| Bœuf haché | 250 g | 500 g |
| Chapelure italienne | ¼ tasse | ½ tasse |
| Parmesan, râpé grossièrement | ¼ tasse | ½ tasse |
| Mirepoix | 113 g | 227 g |
| Champignons | 113 g | 227 g |
| Petits pois | 56 g | 113 g |
| Gousses d'ail | 4 | 8 |
| Pomme de terre Russet | 460 g | 920 g |
| Concentré de bouillon de bœuf | 1 | 2 |
| Bouillon de bœuf en poudre | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Farine tout usage | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Lait* | 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

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

    @HelloFreshCA



1 Préparer et cuire les pommes de terre

- Dans un grand bol, mélanger la **chapelure** et **1 c. à soupe** de **lait** (doubler la qté pour 4 pers.). Réserver.
- Peler, 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 **1 c. à thé** de **sel** (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 que les **potatoes de terre** soient tendres.



4 Commencer le ragoût

- Entre-temps, chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis la **mirepoix** et les **champignons**. Cuire de 5 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient tendres.
- Réduire à feu moyen.
- Saupoudrer de **farine**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.
- Ajouter le **concentré de bouillon**, les **pois**, le **reste** du **bouillon de bœuf en poudre** et **½ tasse** d'**eau** (doubler la qté pour 4 pers.). Continuer de cuire de 5 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **ragoût** épaisse légèrement.



2 Préparer et rôtir l'ail

- Entre-temps, émincer les **champignons**.
- Sur un petit morceau de papier d'aluminium, arroser les **gousses d'ail non pelées** de **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Envelopper l'**ail** dans le papier d'aluminium et sceller.
- Cuire directement dans le **haut** du four de 14 à 15 min, jusqu'à ce que l'**ail** soit tendre.



5 Écraser les pommes de terre

- Lorsque les **potatoes de terre** seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Retirer l'**ail rôti** du papier d'aluminium avec précaution et peler les **gousses**.
- Dans la casserole contenant les **potatoes de terre**, ajouter l'**ail rôti**, le **reste** du **parmesan**, **1 c. à soupe** de **beurre** et **3 c. à soupe** de **lait** (doubler les qtés pour 4 pers.). À l'aide d'un presse-purée, écraser les **potatoes de terre** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse.
- **Saler et poivrer**, au goût.



3 Former et rôtir les boulettes

- Entre-temps, ajouter le **bœuf**, la **moitié** du **parmesan** et la **moitié** du **bouillon de bœuf en poudre** dans le bol contenant le **mélange de chapelure**. (**CONSEIL** : Pour des boulettes plus fermes, ajouter 1 œuf au mélange!) **Saler et poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange de bœuf** **8 boulettes de taille égale** (16 boulettes pour 4 pers.).
- Disposer les **boulettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium.
- Lorsque l'**ail** aura rôti pendant 5 min, rôtir les **boulettes** au **centre** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que les **boulettes** soient entièrement cuites**.



6 Terminer le ragoût et servir

- Ajouter les **boulettes** au **ragoût**. Mélanger doucement pendant 1 min.
- Répartir la **purée à l'ail rôti** et au **parmesan** dans les bols. Garnir du **ragoût de boulettes et de champignons**.

Le souper, c'est réglé!