

Repas de steaks grillés terre et mer avec pommes de terre en papillote et beurre d'estragon

Grillade de longue fin de semaine 35 minutes



Steaks de haut de surlonge



Crevettes



Pommes de terre à chair jaune



Estragon



Persil



Asperges



Oignon, haché



Gousses d'ail

BONJOUR ESTRAGON

Cette herbe utilisée en cuisine française possède un goût subtil de réglisse!

D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 205 °C (400 °F) à feu moyen-élevé.

Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, tamis, papier d'aluminium, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steaks de haut de surlonge	340 g	680 g
Crevettes	285 g	570 g
Pommes de terre à chair jaune	300 g	600 g
Estragon	7 g	14 g
Persil	7 g	14 g
Asperges	227 g	454 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Gousses d'ail	6	12
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire les crevettes et les steaks jusqu'à ce que leur température interne atteigne respectivement au moins 74 °C (165 °F) et 63 °C (145 °F) (pour un steak médium saignant). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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 Préparer et faire griller les pommes de terre

Couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans un bol moyen, ajouter les **potatoes**, l'**oignon** haché, **1 c. à soupe d'huile** et **2 c. à soupe d'eau** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger. Superposer deux rectangles de papier d'aluminium de 60 x 30 cm (24 x 12 po). (**REMARQUE** : Faire 2 papillotes pour 4 personnes, en utilisant 2 feuilles de papier d'aluminium par papillote.) Disposer le **mélange de pommes de terre** sur une moitié du papier d'aluminium. Replier le papier d'aluminium par-dessus le **mélange de pommes de terre** et pincer le tour pour sceller. Placer la **papillote de pommes de terre** sur un côté de la grille du barbecue, refermer le couvercle et faire griller jusqu'à ce qu'elles soient tendres, de 18 à 20 minutes.



4 Faire griller les steaks

Huiler légèrement l'autre côté de la grille du barbecue, puis ajouter les **steaks**. Refermer le couvercle et faire griller de 4 à 6 minutes par côté, en retournant les **steaks** une fois, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.



2 Préparer

Entre-temps, parer les **asperges** à partir de 2,5 cm (1 po) de l'extrémité inférieure. Arroser de **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Salier** et **poivrer**. Hacher grossièrement le **persil** et les **feuilles d'estragon**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Couper **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) en petits cubes. À l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. **Salier** et **poivrer**. Sécher les **steaks** avec un essuie-tout. **Salier** et **poivrer**, puis arroser de **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes).



5 Faire griller les asperges

Ajouter les **asperges** sur le côté de la grille du barbecue avec les **steaks**. Refermer le couvercle et faire griller de 4 à 5 minutes, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce que les **asperges** soient tendres.



3 Faire griller les crevettes

Superposer deux rectangles de papier d'aluminium de 60 x 30 cm (24 x 12 po). (**REMARQUE** : Faire 2 papillotes pour 4 personnes, en utilisant 2 feuilles de papier d'aluminium par papillote.) Disposer les **crevettes** sur une moitié du papier d'aluminium. Garnir des **cubes de beurre**, d'**ail**, de la **moitié de l'estragon** et de la **moitié du persil**. Replier le papier d'aluminium par-dessus les **crevettes** et pincer le tour pour sceller. Déposer la **papillote de crevettes** sur le même côté de la grille du barbecue que celui avec les **potatoes**, refermer le couvercle et faire griller de 7 à 9 minutes, jusqu'à ce que les **crevettes** soient entièrement cuites**.



6 Terminer et servir

Trancher les **steaks** finement. Ouvrir avec précaution les **papillotes**. Répartir les **steaks**, les **crevettes**, les **potatoes** et les **asperges** dans les assiettes. Arroser le tout du **beurre d'estragon** contenu dans la **papillote de crevettes**. Parsemer du **reste** de l'**estragon** et du **reste** du **persil**.

Le repas est prêt!