



Portobellos farcis à la purée de pommes de terre

avec ciboulette, parmesan et salade composée au chou frisé

VÉGÉ 30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus. Merci de votre compréhension. Bon appétit!



- Champignon portobello
- Pomme de terre Russet
- Concentré de bouillon de légumes
- Sauce soja
- Crème sure
- Oignon, haché
- Ciboulette
- Vinaigre de vin rouge
- Moutarde de Dijon
- Salade de chou frisé
- Farine tout usage
- Fromage parmesan

BONJOUR PORTOBELLO!

Ces grands champignons sont en fait des creminis arrivés à maturité.

COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

Sortir

Épluche-légumes, grande poêle antiadhésive, grande casserole, tasses à mesurer, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po), pinceau en silicone, fouet, cuillères à mesurer, grand bol, papier d'aluminium, presse-purée, passoire

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Champignon portobello	2	4
Pomme de terre Russet	460 g	690 g
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Sauce soja	1 c. à table	2 c. à table
Crème sure	3 c. à table	6 c. à table
Oignon, haché	56 g	113 g
Ciboulette	7 g	14 g
Vinaigre de vin rouge	1 c. à table	2 c. à table
Moutarde de Dijon	½ c. à table	1 c. à table
Salade de chou frisé	113 g	227 g
Farine tout usage	1 c. à table	2 c. à table
Fromage parmesan	28 g	56 g
Beurre non salé*	2 c. à table	4 c. à table
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



1. CUIRE LES POMMES DE TERRE

Peler, puis couper les **pommes de terre** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans une grande casserole, couvrir les **pommes de terre** d'environ 2,5 cm d'eau (1 po), puis ajouter **2 c. à thé** de sel. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé, puis réduire à feu moyen. Mijoter à découvert jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **pommes de terre**, de 10 à 12 min.



4. PRÉPARER LA SAUCE

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, faire fondre **1 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers). Ajouter les **oignons** et les **pieds de champignons**. Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 4 à 5 min. Saupoudrer de **farine**. Cuire en remuant souvent, 1 min. Ajouter le **concentré de bouillon**, le **reste** de **sauce soja** et **¾ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers). Porter à légère ébullition. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce que la sauce épaisse, de 2 à 3 min. **Poivrer**.



2. CUIRE LES CHAMPIGNONS

Pendant que les **pommes de terre** cuisent, hacher finement la **ciboulette**. Détacher les **pieds des champignons**, puis hacher grossièrement les **pieds des champignons**. Réserver. Badigeonner les **chapeaux des champignons** de **la moitié** de la **sauce soja**. **Poivrer**. Disposer les **chapeaux** dans un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) recouvert de papier d'aluminium (**NOTE** : utiliser un plat de 23 x 23 cm pour 4 pers). Cuire au **centre** du four jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 14 à 15 min.



5. FINIR LES CHAMPIGNONS

Lorsque les **pommes de terre** sont tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole hors du feu. À l'aide d'un presse-purée, y incorporer la **crème sure**, la moitié de la **ciboulette**, la moitié du **parmesan** et **1 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers) jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Poivrer**. Actionner la fonction **Griller** du four. Retourner les **champignons** et les farcir de **purée**. Saupoudrer du **reste** de **parmesan**. Griller au **centre** du four jusqu'à ce que le dessus soit brun doré, de 3 à 4 min.



3. PRÉPARER LA SALADE DE CHOU

Pendant que les **champignons** cuisent, fouetter la **moutarde**, le **vinaigre**, **½ c. à table** de **sucre** et **2 c. à table** d'**huile** (doubler le sucre et l'huile pour 4 pers) dans un grand bol. Ajouter la **salade de chou frisé** et bien mélanger. Réserver.



6. FINIR ET SERVIR

Répartir les **champignons farcis** dans les assiettes. Napper de **sauce** et saupoudrer du **reste** de **ciboulette**. Servir avec la **salade de chou frisé** et le **reste** de **purée**.

Le souper, c'est réglé!