



Boulettes Salisbury

avec sauce aux champignons, petits pois et purée onctueuse à la ciboulette

VARIÉTÉ 35 minutes



Bœuf haché



Pomme de terre à chair jaune



Champignons créminis



Ciboulette



Crème sure



Pois verts



Oignon, haché



Concentré de bouillon de bœuf



Moutarde de Dijon



Farine tout usage



Chapelure italienne

BONJOUR BOULETTES SALISBURY!

Un classique américain similaire au hamburger steak!

Bon départ

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

Sortez

Plaque à cuisson, grand bol, grande poêle antiadhésive, grande casserole, presse-purée, passoire, papier d'aluminium, passoire, cuillères à mesurer

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Bœuf haché	250 g	500 g
Pomme de terre à chair jaune	300 g	600 g
Champignons créminis	227 g	454 g
Ciboulette	7 g	14 g
Crème sure	3 c. à table	6 c. à table
Pois verts	56 g	113 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Concentré de bouillon de bœuf	2	4
Moutarde de Dijon	1 ½ c. à thé	1 c. à table
Farine tout usage	1 c. à table	2 c. à table
Chapelure italienne	¼ tasse	½ tasse
Beurre non salé*	2 c. à table	¼ tasse
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

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. PRÉPARATION

Couper les **pommes de terre** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Émincer les **champignons**. Émincer la **ciboulette**.



4. CUIRE LES LÉGUMES

Pendant que les **boulettes** cuisent, mettre **1 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers) dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen, puis ajouter les **champignons** et les **oignons**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 5 à 6 min. **Saler** et **poivrer**.



2. CUIRE LES POMMES DE TERRE

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** (**NOTE**: mêmes quantités pour 4 pers). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bout, baisser à feu moyen et mijoter à découvert jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient tendres, de 10 à 12 min.



5. PRÉPARER LA SAUCE

Dans la même poêle, ajouter la **farine** et cuire en remuant souvent, de 1 à 2 min. Ajouter **1 tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers) et le **concentré de bouillon**, puis cuire en remuant souvent jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 3 à 4 min. Incorporer les **pois** et cuire jusqu'à ce qu'ils soient chauds, de 1 à 2 min. **Saler** et **poivrer**.



3. PRÉPARER LES BOULETTES

Pendant que les **pommes de terre** cuisent, émietter le **bœuf** dans un grand bol. Incorporer la **chapelure** et la **moutarde de Dijon**. **Poivrer**. Former **8 boulettes** d'un diamètre d'environ 4 cm (**NOTE**: 16 boulettes pour 4 pers). Transférer les **boulettes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium et rôti au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient entièrement cuites, de 12 à 14 min. ******



6. FINIR ET SERVIR

Lorsque les **pommes de terre** sont tendres, les égoutter et les remettre dans la même casserole. À l'aide d'un presse-purée, y incorporer **1 c. à table** de **beurre** et la **crème sure** jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. Incorporer **la moitié** de la **ciboulette**, puis **saler** et **poivrer**. Répartir la **purée** dans les assiettes. Garnir de **boulettes** et de **sauce aux champignons**. Saupoudrer **du reste** de **ciboulette**.

Le souper, c'est réglé!