

Sandwichs au steak BBQ

avec pommes de terre sous vide et pains au beurre à l'ail

20 min



Steak de bœuf



Pain à sandwich



Purée d'ail



Assaisonnement BBQ



Sauce BBQ



Bébés épinards



Oignon jaune



Pommes de terre sous vide



Mayonnaise

BONJOUR ASSAISONNEMENT BBQ

Une explosion de saveurs sucrées, salées et fumées!

D'abord

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

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, papier parchemin, 2 petits bols, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

| | 2 personnes | 4 personnes |
|---------------------------|--------------|--------------|
| Steak de bœuf | 285 g | 570 g |
| Pain à sandwich | 2 | 4 |
| Purée d'ail | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Assaisonnement BBQ | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Sauce BBQ | 4 c. à soupe | 8 c. à soupe |
| Bébés épinards | 28 g | 56 g |
| Oignon jaune | 113 g | 226 g |
| Pommes de terre sous vide | 280 g | 560 g |
| Mayonnaise | 2 c. à soupe | 4 c. à soupe |
| 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 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 rejoindre

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

    @HelloFreshCA



1 Rôtir les pommes de terre sous vide

- Sécher les **potatoes** avec un essuie-tout.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Salier** et **poivrer**, saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement BBQ**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 14 à 16 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient dorées.



4 Cuire les oignons

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **oignons**, le **reste** de l'**assaisonnement BBQ** et **1 c. à soupe** d'**eau** (doubler la qté pour 4 pers.). **Salier** et **poivrer**.
- Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** soient tendres.



2 Cuire les steaks

- Entre-temps, sécher les **steaks** avec un essuie-tout. **Salier** et **poivrer**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **steaks**. Saisir de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Transférer les **steaks** sur une plaque à cuisson. Étendre la **moitié** de la **sauce BBQ** sur le dessus des **steaks**.
- Rôtir dans le **haut** du four de 5 à 8 min, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.



5 Griller les pains au beurre à l'ail

- Entre-temps, fondre **2 c. à soupe** de **beurre** (doubler la qté pour 4 pers.) dans un petit bol allant au micro-ondes ou dans une petite poêle chauffée à feu doux. Ajouter la **purée d'ail**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Couper les **pains** en deux, puis badigeonner le côté coupé de **beurre à l'ail**.
- Disposer les **pains**, côté coupé vers le haut, directement sur la grille du **haut** du four.
- Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



3 Préparer

- Entre-temps, peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un petit bol, mélanger la **mayonnaise** et le **reste** de la **sauce BBQ**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger.



6 Terminer et servir

- Trancher finement les **steaks**.
- Garnir les **tranches de pain inférieures** d'**oignons**, d'**épinards** et de **steak**. Refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs** et les **potatoes** dans les assiettes.
- Servir la **mayo BBQ** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!