

Sandwichs au poulet BBQ

avec rondelles de pommes de terre et sauce ranch à la ciboulette

Rapido

25 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Hauts de cuisses de poulet



Poitrines de poulet



Pomme de terre Russet



Pain artisan



Mélange printanier



Ciboulette



Sauce BBQ



Sauce ranch



Vinaigre de vin blanc



Sel assaisonné

BONJOUR CIBOULETTE

Ajoutez cette herbe vert vif pour donner une saveur d'oignon subtile à votre succulente sauce ranch!

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, papier d'aluminium, grand bol, papier parchemin, petit bol, fouet, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Hauts de cuisses de poulet *	280 g	560 g
Poitrines de poulet *	2	4
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Pain artisan	2	4
Mélange printanier	56 g	113 g
Ciboulette	7 g	7 g
Sauce BBQ	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Sauce ranch	6 c. à soupe	12 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Sel assaisonné	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Sucre*	¾ c. à thé	1 ½ c. à thé
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). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

• L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

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 rôtir les rondelles de pommes de terre

- Couper les **potatoes** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe** d'**huile** et saupoudrer de la **moitié** du **sel assaisonné**. (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 18 à 22 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



4 Griller les pains

- Couper les **pains** en deux.
- Disposer les **pains** directement sur la grille du **haut** du four, côté coupé vers le haut. Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



2 Préparer et rôtir le poulet

- Entre-temps, sécher le **poulet** avec un essuie-tout.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium, arroser le **poulet** de **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis saupoudrer du **reste** du **sel assaisonné**. **Poivrer**, puis remuer pour enrober. Disposer en une seule couche.
- Rôtir le **poulet** dans le **haut** du four pendant 12 min, puis retirer la plaque à cuisson du four avec précaution et arroser le **poulet** d'**un filet** de **sauce BBQ**.
- Remettre dans le four et rôtir de 4 à 6 min, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit**.

Si vous avez choisi les **poitrines de poulet**, les préparer et les cuire en suivant les mêmes directives que celles pour les **hauts de cuisses**.



5 Assembler la salade

- Dans un grand bol, ajouter **½ c. à soupe** de **vinaigre**, **½ c. à thé** de **sucre** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les qtés pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger au fouet.
- Ajouter le **mélange printanier** et le **reste** de la **ciboulette**, puis bien mélanger.



3 Préparer la sauce ranch à la ciboulette

- Entre-temps, émincer la **ciboulette**.
- Dans un petit bol, ajouter la **sauce ranch**, la **moitié** de la **ciboulette** et **¼ c. à thé** de **sucre** (doubler la qté pour 4 pers.). **Poivrer**, puis bien mélanger.



6 Terminer et servir

- Trancher le **poulet**.
- Étendre **un peu** de **sauce ranch** à la **ciboulette** sur les **tranches de pain supérieures**. Garnir les **tranches de pain inférieures** de **poulet** et d'**un peu** de **salade**. Refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs au poulet**, les **rondelles de pommes de terre** et le **reste** de la **salade** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce ranch** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!