



Steak au jus

avec salade tiède de pommes de terre et de pois verts

VARIÉTÉ

35 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!



Steak de bœuf



Pomme de terre à chair jaune



Oignons verts



Aneth



Petits pois



Mayonnaise



Moutarde de Dijon



Concentré de bouillon de bœuf



Ail

BONJOUR POIS VERTS!

Ces pois sucrés donnent un peu de fraîcheur à ce repas copieux!

COMMENCER ICI

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

Sortez

2 plaques à cuisson, grande poêle antiadhésive, cuillères à mesurer, essuie-tout, tasses à mesurer, grand bol, fouet

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Steak de bœuf	285 g	570 g
Pomme de terre à chair jaune	300 g	600 g
Oignons verts	2	4
Aneth	7 g	7 g
Petits pois	113 g	227 g
Mayonnaise	4 c. à table	8 c. à table
Moutarde de Dijon	1 ½ c. à thé	3 c. à thé
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Ail	6 g	12 g
Beurre non salé*	2 c. à table	4 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte.

** Cuire à une température interne minimale de 63 °C/145 °F pour un steak médium-saignant; la taille affecte le temps de cuisson.

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 rejoindre

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



1. RÔTIR LES POMMES DE TERRE

Couper les **pommes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Sur une plaque à cuisson, arroser les **pommes de terre** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 25 à 28 min.



4. CUIRE LE STEAK ET LES POIS

Lorsque le **steak** est brun doré, retirer la poêle du feu et transférer le **steak** sur l'autre côté de la plaque à cuisson avec les **pois**. Rôtir sur la grille du **haut** jusqu'à la cuisson désirée, de 6 à 8 min.**



2. PRÉPARATION

Pendant que les **pommes de terre** rôtissent, émincer les **oignons verts**. Hacher finement **2 c. à table** d'**aneth** (doubler pour 4 pers). Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Sécher le **steak** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**.



5. PRÉPARER LA SAUCE

Pendant que le **steak** et les **pois** cuisent, essuyer la poêle, puis la mettre à feu doux. Ajouter l'**ail** et **2 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers). Cuire en remuant souvent jusqu'à ce que l'**ail** soit parfumé et que le **beurre** fonde, 1 min. Ajouter le **concentré de bouillon** et **¼ tasse** d'**eau** (doubler pour 4 pers). Cuire en remuant jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 2 à 3 min.



3. SAISIR LE STEAK

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis le **steak**. Poêler jusqu'à ce qu'il soit brun doré, de 2 à 3 min par côté. Sur un côté d'une autre plaque à cuisson, arroser les **pois** de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Réserver.



6. FINIR ET SERVIR

Dans un grand bol, fouetter la **majo** et la **moutarde**. Ajouter les **pommes de terre**, les **pois**, les **oignons verts** et l'**aneth**. Bien mélanger. Couper le **steak** en tranches, puis répartir dans les assiettes. Napper de **sauce**, et servir avec la **salade de pommes de terre**.

Le souper, c'est réglé!