

# Steaks au Poivre

avec frites et salade César au bacon et au chou frisé

Spéciale

Épicée

35 Minutes



Steaks de bœuf



Concentré de bouillon de bœuf



Purée d'ail



Oignon rouge, haché



Bébé chou frisé



Sauce Worcestershire



Mayonnaise



Parmesan, râpé



Poivre noir en grains, concassé



Tranches de bacon



Pommes de terre Russet



Citron



Fécule de maïs

BONJOUR STEAK

*Le fait de sécher vos steaks avant de les assaisonner et de les saisir leur permettra de prendre une belle couleur dorée!*

## D'abord

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

## Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, cuillères à rainures, zesteur, papier d'aluminium, grand bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steaks de bœuf	340 g	680 g
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon rouge, haché	56 g	113 g
Bébé chou frisé	113 g	226 g
Sauce Worcestershire	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mayonnaise	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Parmesan, râpé	¼ tasse	½ tasse
Poivre noir en grains, concassé 🍷	2 c. à thé	4 c. à thé
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Citron	1	2
Fécule de maïs	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Tranches de bacon	100 g	200 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire le bacon et les steaks jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 63 °C (145 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

## Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

*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

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



### Faire cuire les frites

Couper les **potatoes** sur la longueur, puis en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Sur une plaque à cuisson, arroser les **potatoes** de terre de **1 c. à soupe** d'huile. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune.) Faire rôtir au **centre** du four de 22 à 24 minutes en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 personnes, faire rôtir sur les grilles rôtir du centre et du haut du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



### Préparer la salade César

Pendant que les **steaks** cuisent, zester le **citron**, puis en presser la **moitié**. Dans un grand bol, mélanger la **sauce Worcestershire**, la **mayonnaise**, le **parmesan**, le **jus de citron** et le **zeste de citron**. Ajouter le **chou frisé** et le **bacon**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.



### Faire cuire le bacon

Pendant que les **frites** cuisent, couper le **bacon** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter le **bacon**. Faire cuire de 5 à 7 minutes, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant\*\*. Retirer la poêle du feu. À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'un essuie-tout. Réserver. Réserver **1 c. à soupe** de **gras** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans la poêle et jeter le reste.



### Préparer la sauce au poivre

Faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé. Ajouter les **oignons**, la **purée d'ail** et la **moitié** du **poivre en grains** (utiliser tout le poivre pour 4 personnes). Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **oignons** aient ramolli. Incorporer **½ tasse** d'**eau** (¾ tasse pour 4 personnes), la **fécule de maïs** et le **concentré de bouillon**. Porter à ébullition et poursuivre la cuisson pendant 1 minute, jusqu'à ce que la **sauce** ait épaissi légèrement. Retirer la poêle du feu, puis incorporer **2 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes). Bien remuer.



### Faire cuire les steaks

Sécher les **steaks** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**. Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter les **steaks**. Faire poêler de 5 à 8 minutes par côté, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée\*\*. Transférer les **steaks** dans une assiette et couvrir légèrement d'une feuille d'aluminium. Laisser reposer de 2 à 3 minutes.



### Terminer et servir

Trancher les **steaks** finement. Répartir les **frites**, la **salade César** et les **steaks** dans les assiettes. Napper les **steaks** de **sauce au poivre**.

## Le repas est prêt!