

Steak façon bistro et sauce béarnaise sans tracas

avec pommes de terre aux herbes et salade César au chou frisé

De luxe

35 minutes



Bifeck de contre-filet



Pomme de terre rouge



Persil



Poudre d'ail



Parmesan, râpé finement



Petites tomates



Mayonnaise



Vinaigre de vin blanc



Estragon



Bébé chou frisé



Moutarde de Dijon

BONJOUR ESTRAGON

Cette herbe utilisée dans la cuisine française a un goût subtil de réglisse!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Retirer 1 c. à soupe de beurre (doubler pour 4 pers.) du réfrigérateur et laisser arriver à temp. ambiante.

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, grand bol, petite casserole, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bifteck de contre-filet	370 g	740 g
Pomme de terre rouge	420 g	840 g
Persil	3 ½ g	7 g
Poudre d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Parmesan, râpé finement	¼ tasse	½ tasse
Petites tomates	113 g	227 g
Mayonnaise	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Estragon	3,5 g	7 g
Bébé chou frisé	56 g	113 g
Moutarde de Dijon	1 ½ c. à thé	3 c. à thé
Beurre non salé*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour un steak mi-saignant. La taille du steak influe sur la cuisson.

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 joindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Faire rôtir les pommes de terre

- Couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.). Saupoudrer de **¾ c. à thé de poudre d'ail** (doubler pour 4 pers.). **Salier** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Faire rôtir au **centre** du four de 22 à 25 min ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres et dorées, en retournant à mi-cuisson.



Terminer les pommes de terre

- Lorsque les **potatoes** sont prêtes, ajouter immédiatement **1 c. à soupe de beurre ramolli** (doubler pour 4 pers.) et le **persil** à la plaque à cuisson contenant les **potatoes**. Remuer jusqu'à ce que le **beurre** ait fondu.



Préparer et faire la vinaigrette César

- Entre-temps, hacher finement la **moitié** du **persil** (tout le persil pour 4 pers.).
- Hacher finement **1 c. à thé d'estragon** (doubler pour 4 pers.).
- Couper les **tomates** en deux.
- Dans un grand bol, ajouter la **moutarde de Dijon**, la **moitié** de la **mayonnaise**, la **moitié** du **parmesan**, **1 c. à thé de vinaigre** (doubler pour 4 pers.) et le **reste** de la **poudre d'ail**. **Salier** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.



Faire la sauce béarnaise

- Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler pour 4 pers.) dans une petite casserole. Faire fondre le **beurre** à feu moyen-élevé, puis retirer la casserole du feu.
- Pendant que le **beurre** fond, fouetter la **mayonnaise** et **½ c. à thé de vinaigre** (doubler pour 4 pers.) dans un petit bol.
- Incorporer graduellement le **beurre** en fouettant jusqu'à ce que le **mélange** soit lisse.
- Ajouter l'**estragon**. **Salier**, au goût, puis bien mélanger en fouettant.



Faire cuire le steak

- Lorsque les **potatoes** arrivent à mi-cuisson, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Entre-temps, sécher le **steak** avec un essuie-tout. **Salier** et **poivrer**.
- Ajouter **1 c. à soupe d'huile** à la poêle chaude, puis le **steak**. Saisir de 1 à 2 min par côté ou jusqu'à ce qu'il soit doré.
- Retirer la poêle du feu et transférer le **steak** sur une autre plaque à cuisson.
- Faire rôtir dans le **haut** du four de 4 à 6 min ou jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.
- Lorsque le **steak** est prêt, le transférer sur une planche à découper. Couvrir avec du papier d'aluminium, sans serrer, et laisser reposer pendant 5 min.



Terminer et servir

- Ajouter le **chou frisé** et les **tomates** au bol contenant la **vinaigrette**, puis remuer pour enrober. Parsemer du **reste** du **parmesan**.
- Trancher le **steak** finement.
- Répartir le **steak**, les **potatoes** et la **salade César** dans les assiettes.
- Napper le **steak** de **sauce béarnaise**.

Le souper, c'est réglé!