

Steaks enroulés de bacon aux épices de Montréal

avec haricots à l'ail et purée onctueuse

Spéciale

Épicée

35 minutes



Steaks de bœuf



Tranches de bacon



Pommes de terre
Russet



Crème sure



Haricots verts



Thym



Gousses d'ail



Échalotes frites



Épices à bifteck
de Montréal



Persil



Concentré de
bouillon de bœuf



Farine tout usage

BONJOUR STEAKS

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, épluche-légumes, cuillères à mesurer, presse-purée, passoire, pince de cuisine, papier d'aluminium, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steaks de bœuf	340 g	680 g
Tranches de bacon	100 g	200 g
Pommes de terre Russet	460 g	920 g
Crème sure	6 c. à soupe	12 c. à soupe
Haricots verts	170 g	340 g
Thym	7 g	7 g
Gousses d'ail	3	6
Échalotes frites	28 g	56 g
Épices à bifteck de Montréal	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Persil	7 g	14 g
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire le porc jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et le steak 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 joindre

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



Faire rôtir l'ail et préparer

Peler l'**ail**. Sur un petit morceau de papier d'aluminium, arroser l'**ail** de **1/2 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis bien l'envelopper. Disposer l'**ail enveloppé** sur une plaque à cuisson. Faire cuire au **centre** du four de 16 à 18 minutes, jusqu'à ce qu'il soit ramolli. Entre-temps, peler, puis couper les **pommes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Détacher **1 c. à soupe** de **feuilles de thym** (doubler la quantité pour 4 personnes). Hacher grossièrement le **persil**. Parer les **haricots verts**.



Préparer la sauce et l'huile à l'ail

Pendant que les **steaks** cuisent, faire chauffer la poêle contenant le **gras de bacon** à feu moyen. Ajouter la **farine**. Faire cuire en remuant pendant 1 minute, jusqu'à ce que le tout soit bien combiné. Ajouter **1 tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes) et le **concentré de bouillon**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit bien combiné. Ajouter le **thym** et le **reste** des **épices à bifteck de Montréal**. Porter à légère ébullition. Faire cuire de 2 à 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe. Lorsque l'**ail** est prêt, le retirer du papier d'aluminium et le transférer dans un grand bol. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis fouetter jusqu'à ce que le mélange soit homogène.



Faire cuire les pommes de terre et préparer les steaks

Dans une grande casserole, recouvrir les **pommes de terre** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé de sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé, puis baisser à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient tendres. Entre-temps, sécher les **steaks** avec un essuie-tout. Saupoudrer de la **moitié** des **épices à bifteck de Montréal**, puis enrouler **chaque steak** de **2 tranches de bacon**.



Faire cuire les haricots et préparer la purée

Lorsque les **pommes de terre** sont presque cuites, ajouter les **haricots verts** dans la même casserole. Faire cuire de 2 à 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres. À l'aide d'une pince de cuisine, ajouter les **haricots verts** à l'**huile à l'ail**. **Saler et poivrer**. Bien mélanger. Égoutter les **pommes de terre** et les remettre dans la même casserole, hors du feu. Ajouter la **crème sure**, le **persil** et **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes). À l'aide d'un presse-purée, écraser le tout jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler et poivrer**.



Faire cuire les steaks

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1/2 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **steaks enroulés de bacon**. Saisir de 2 à 3 minutes par côté, jusqu'à ce que le **bacon** soit doré et bien cuit**. Retirer la poêle du feu et ajouter les **steaks enroulés de bacon** à la plaque à cuisson contenant l'**ail**. Réserver l'**excédent de gras** dans la poêle. Faire rôtir au **centre** du four de 5 à 8 minutes, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.



Terminer et servir

Incorporer le **jus de steak** de la plaque à cuisson à la **sauce**. Répartir la **purée**, les **steaks enroulés de bacon** et les **haricots à l'ail** dans les assiettes. Parsemer d'**échalotes frites** et napper de **sauce**.

Le repas est prêt!