

Steak et haricots verts enrobés de bacon avec purée onctueuse à l'ail

Fête des Mères

35 minutes



Steaks de bœuf



Pommes de terre à
chair jaune



Mayonnaise



Haricots verts



Tranches de bacon



Raifort



Moutarde à
l'ancienne



Ail



Oignons verts

BONJOUR STEAKS

En séchant vos steaks avant de les assaisonner, vous obtiendrez la cuisson idéale!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

2 plaques à cuisson, passoire, cuillères à mesurer, presse-purée, papier parchemin, petit bol, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steaks de bœuf	340 g	680 g
Pommes de terre à chair jaune	360 g	720 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Haricots verts	170 g	340 g
Tranches de bacon	100 g	200 g
Raifort	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Ail	6 g	12 g
Oignons verts	2	4
Lait*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	¼ c. à soupe	½ 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 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

*** Faire cuire 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, 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 joindre

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



Faire rôtir les haricots

Parer les **haricots verts**. Couper les tranches de **bacon** en deux. (**REMARQUE** : Pour 2 personnes, il y aura 8 morceaux; et pour 4 personnes, il y aura 16.) Placer les **haricots verts** perpendiculairement sur les **tranches de bacon** en petits paquets, puis enrouler délicatement le **bacon** autour de chaque paquet. Déposer les **haricots verts enrobés de bacon** sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin. Faire rôtir au **centre** du four de 25 à 26 minutes, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant**.



Préparer l'aioli au raifort

Dans un petit bol, ajouter le **raifort**, la **mayonnaise**, la **moutarde**, **¼ c. à thé** de **sucré** (doubler la quantité pour 4 personnes) et la **moitié** des **oignons verts**. Bien mélanger. Réserver.



Terminer la préparation et commencer les pommes de terre

Pendant que les **haricots verts enrobés de bacon** rôtissent, couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Émincer les **oignons verts**. Peler l'**ail**. Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** de terre d'assez d'**eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel** et l'**ail**. (**REMARQUE** : Utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bouillira, baisser à feu moyen. Faire mijoter à découvert de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes** de terre.



Préparer la purée de pommes de terre

Lorsque les **potatoes** de terre seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu. Ajouter **2 c. à soupe** de **beurre** et **2 c. à soupe** de **lait** (doubler les quantités pour 4 personnes), puis le **reste** des **oignons verts** et, 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

Pendant que les **potatoes** de terre cuisent, sécher les **steaks** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**. Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **steaks**. Faire poêler jusqu'à ce qu'ils soient dorés, de 2 à 3 minutes par côté. Retirer la poêle du feu et transférer les **steaks** sur une autre plaque à cuisson. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four de 5 à 10 minutes, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée***.



Terminer et servir

Trancher les **steaks**. Répartir la **purée de pommes de terre**, les **haricots verts enrobés de bacon** et les **steaks** dans les assiettes. Servir l'**aioli au raifort** en accompagnement.

Le repas est prêt!