



Sloppy Joes à la dinde

avec salade ranch

Rapido-presto

15 minutes



Bœuf haché
250 g | 500 g

Protéine personnalisable **+** Ajouter **↻** Changer ou **×2** Doubler

Si vous avez choisi de modifier votre protéine, il vous suffit de suivre les icônes et les instructions spécifiques au verso de la fiche dans la colonne de droite, et le tour est joué. Vous pouvez également consulter votre recette personnalisée en ligne, à la page hellofresh.ca



Dinde hachée
250 g | 500 g



Pain artisan
2 | 4



Mélange printanier
56 g | 113 g



Oignon, haché
56 g | 113 g



Garniture de salade
28 g | 56 g



Base de sauce tomate
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Sauce Worcestershire
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Assaisonnement BBQ
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Vinaigrette ranch
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Cassonade
½ c. à soupe | 1 c. à soupe



Tartinade à l'ail
2 c. à soupe | 4 c. à soupe

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, des sulfites, des noix et du blé.

1



Cuire la dinde et les oignons

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter la **moitié** de la **tartinade à l'ail**, puis la **dinde** et les **oignons**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant la **dinde** en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée**.

2



Préparer la sauce à Sloppy Joes

- Lorsque la **dinde** sera cuite, réduire à feu moyen-doux.
- Dans la poêle contenant la **dinde**, ajouter l'**assaisonnement BBQ** et la **moitié** de la **cassonade** (toute la qté pour 4 pers.). Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit combiné.
- Ajouter la **base de sauce tomate**, la **sauce Worcestershire** et $\frac{1}{2}$ **tasse** ($\frac{3}{4}$ tasse) d'**eau**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaisse légèrement.
- Retirer du feu. **Saler** et **poivrer**, au goût.

3



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux. Étendre le **reste** de la **tartinade à l'ail** sur les moitiés coupées.
- Placer directement au **centre** du four, côté coupé vers le haut.
- Griller de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

4



Assembler la salade

- Dans un grand bol, ajouter le **mélange printanier**, la **garniture de salade** et la **vinaigrette ranch**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger juste avant de servir.

5



Terminer et servir

- Garnir les **tranches de pain inférieures** du **mélange de Sloppy Joes à la dinde**, puis refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs** et la **salade** dans les assiettes.

Unités de mesure à chaque étape | **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** | 2 personnes | 4 personnes | Ingrédient

1 | Cuire le bœuf et les oignons

🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)

Si vous avez choisi le **bœuf**, le faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour la **dinde****.

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).



Ce repas ne vous convient pas?
Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.