



# Soupe au bacon et aux poivrons

## avec croûtons maison

Repas fûté

20 minutes

+ Ajouter



Poitrines de poulet  
2 | 4

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](https://hellofresh.ca)



Tranches de bacon  
100 g | 200 g



Pain ciabatta  
1 | 2



Poivron  
1 | 2



Maïs en grains  
113 g | 113 g



Oignon rôti  
1 | 2



Cheddar, râpé  
¼ tasse | ½ tasse



Pesto de poivrons rôtis  
¼ tasse | ½ tasse



Fromage à la crème  
1 | 2



Bouillon de légumes en poudre  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Farine tout usage  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Gousses d'ail  
1 | 2

**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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



### Cuire le bacon

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, disposer les **tranches de bacon** en une couche uniforme.
- Rôtir au **centre** du four de 12 à 14 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et entièrement cuit\*\*.
- À l'aide d'une pince de cuisine, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout.

2



### Préparer les croûtons

- Entre-temps, couper la **ciabatta** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **ciabattas** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**.
- Griller dans le **bas** du four de 8 à 10 min, jusqu'à ce que les **croûtons** soient dorés et croustillants.

3



### Préparer

- + Ajouter | **Poitrines de poulet**
- Pendant que les **croûtons** cuisent, évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Émincer les **oignons verts** et séparer les **morceaux verts** des **morceaux blancs**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.

4



### Cuire les légumes

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis remuer jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter l'**ail**, les **poivrons**, le **maïs** et les **morceaux blancs** des **oignons verts**. Cuire pendant 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **poivrons** commencent à ramollir et que le **maïs** commence à dorer légèrement. **Saler** et **poivrer**.
- Saupoudrer les **légumes** de **farine**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.

5



### Commencer la soupe

- + Ajouter | **Poitrines de poulet**
- Ajouter le **fromage à la crème**, le **bouillon en poudre** et **1 ½ tasse** (3 tasses) d'**eau**. Fouetter avec précaution, jusqu'à ce que le **fromage à la crème** soit incorporé. Porter à légère ébullition. Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **soupe** épaississe légèrement.
- Retirer du feu, puis incorporer le **pesto de poivrons rouges**. **Poivrer**, au goût.

6



### Terminer et servir

- Émietter le **bacon** ou le couper en bouchées. (**CONSEIL** : Utiliser des ciseaux de cuisine pour couper le **bacon** plus facilement.)
- Répartir la **soupe** dans les bols. Garnir de **bacon** et de **croûtons**.
- Parsemer de **fromage** et d'**oignons verts**.

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

## 3 | Préparer et cuire le poulet

+ Ajouter | **Poitrines de poulet**

Si vous avez ajouté les **poitrines de poulet**, les sécher avec un essuie-tout, puis les couper en morceaux de 1,25 cm (½ po) sur une autre planche à découper. **Saler** et **poivrer**. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **poulet**. Cuire de 4 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré et entièrement cuit\*\*.

## 5 | Commencer la soupe

+ Ajouter | **Poitrines de poulet**

Après avoir incorporé la **crème** à la **soupe**, ajouter le **poulet** et porter le tout à légère ébullition. Suivre le reste de la recette comme indiqué.

\* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

\*\* Cuire le bacon et le poule jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.



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