



# Poêlée de bœuf et de porc au fromage

## avec cheddar et crème sure

Familiale

25 à 35 minutes

Protéine personnalisable

+ Ajouter

Changer

ou

x2 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)

Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Mélange de bœuf  
et de porc hachés

250 g | 500 g



Pomme de terre  
Russet

2 | 4



Patate douce

1 | 2



Poivron

1 | 2



Oignon vert

1 | 2



Cheddar, râpé

½ tasse | 1 tasse



Crème sure

2 | 4



Mélange d'épices  
à enchilada

1 c. à soupe |  
2 c. à soupe



Sel d'ail

1 c. à thé |  
2 c. à thé



Concentré de  
bouillon de bœuf

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



### Préparer les pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper la  **pomme de terre**  en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Éplucher, puis couper les  **patates douces**  en cubes de 1,25 cm (1/2 po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les  **patates douces**  et les  **pommes de terre**  de  **1 c. à soupe d'huile**  et saupoudrer de la  **moitié**  du  **mélange d'épices à enchilada** .
- Poivrer et saupoudrer de la  **moitié**  du  **sel d'ail** . Bien mélanger. (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.)

2



### Rôtir les pommes de terre et les patates douces

- Rôtir au  **centre**  du four de 26 à 28 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les  **pommes de terre**  et les  **patates douces**  soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir dans le haut et au centre du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

3



### Préparer et assaisonner la crème sure

- Entre-temps, évider, puis couper le  **poivron**  en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Émincer l' **oignon vert** .
- Ajouter la  **crème sure**  dans un petit bol.  **Saler**  et  **poivrer** , puis bien mélanger en fouettant.

4



### Cuire les poivrons et la viande

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

[Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Lorsque les  **pommes de terre**  et les  **patates douces**  auront été retournées, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter  **1/2 c. à soupe**  (1 c. à soupe) d' **huile** , puis les  **poivrons**  et le  **mélange de bœuf et de porc** .
- Cuire de 4 à 6 min, en défaisant la  **viande**  en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée\*\*.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter. Ajouter le  **concentré de bouillon** , le  **reste**  du  **mélange d'épices à enchilada** , le  **reste**  du  **sel d'ail**  et  **3 c. à soupe**  (6 c. à soupe) d' **eau** .
- **Poivrer** .
- Poursuivre la cuisson pendant 1 min, jusqu'à ce que les  **aliments**  dégagent leur arôme. Retirer la poêle du feu.

5



### Terminer et servir

- Parsemer de  **fromage**  le  **mélange de viande et de poivrons** . Couvrir de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le  **fromage**  fonde.
- Répartir les  **pommes de terre**  et les  **patates douces rôties**  dans les assiettes. Garnir du  **mélange de viande** .
- Couronner d' **un soupçon**  de  **crème sure**  et parsemer d' **oignons verts** .

6



### Des cocos avec ça? (facultatif)

- Si désiré, pendant que le  **fromage**  fond (étape 5), chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen-doux.
- Ajouter  **1 c. à soupe**  (2 c. à soupe) de  **beurre** , puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Craquer et ajouter  **2 œufs**  (4 œufs).  **Saler**  et  **poivrer** .
- Poêler à couvert de 2 à 3 min, jusqu'à ce que les  **blancs d'œufs**  se figent\*\*. (**REMARQUE** : Les jaunes d'œufs seront encore liquides. Il est aussi possible de poêler les œufs en utilisant 1 c. à soupe d'huile plutôt que du beurre.)

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

## 4 | Cuire les poivrons et la dinde

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la  **dinde** , la cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le  **mélange de bœuf et de porc** \*\*.

## 4 | Cuire les poivrons et le Beyond Meat®

[Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le  **Beyond Meat®** , cuire les  **galettes**  de 5 à 6 min, en les défaisant en bouchées, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes, et servir de la même façon que la recette vous indique de cuire et de servir le  **mélange de bœuf et de porc** \*\* . Il n'est pas nécessaire d'égoutter l'excédent de gras.

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