



# Steak et sauce aux canneberges

## avec purée onctueuse et choux de Bruxelles rôtis au bacon

Spéciale 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://www.hellofresh.ca)

Contre-filets de bœuf 370 g | 740 g  
 Contre-filets de bœuf 740 g | 1480 g  
 Steaks de filet de bœuf 340 g | 680 g



Steak de haut de surlonge  
285 g | 570 g



Tranches de bacon  
100 g | 200 g



Pomme de terre Russet  
3 | 6



Choux de Bruxelles  
227 g | 454 g



Ciboulette  
7 g | 14 g



Gousses d'ail  
2 | 4



Crème  
56 ml | 113 ml



Tartina de canneberges  
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Moutarde à l'ancienne  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Vinaigre balsamique  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Concentré de bouillon de bœuf  
2 | 4

**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



### Commencer la purée

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

- Éplucher, puis couper les **pommes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- 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** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen-élevé. Laisser mijoter à découvert de 12 à 14 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **pommes de terre**.

4



### Préparer les autres ingrédients

- Entre-temps, peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Émincer la **ciboulette**.
- Lorsque les **steaks** seront cuits, les transférer sur une planche à découper. Couvrir lâchement de papier d'aluminium et réserver pendant 5 min.

2



### Cuire le bacon et les choux de Bruxelles

- Recouvrir une plaque à cuisson de papier parchemin.
- Couper les **choux de Bruxelles** en deux (couper les plus gros en quatre).
- Sur une planche à découper propre, couper le **bacon** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Sur la plaque à cuisson préparée, déposer le **bacon** et les **choux de Bruxelles**. **Saler et poivrer**. Remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 20 à 24 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et que les **choux de Bruxelles** soient tendres\*\*.

5



### Préparer la sauce et terminer la purée

- Pendant que les **steaks** reposent, chauffer la même poêle à feu moyen.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis la **moitié** de l'**ail**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **beurre** fonde.
- Ajouter la **tartinade de canneberges**, le **concentré de bouillon**, la **moutarde** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** arrive à légère ébullition et épaississe légèrement. Retirer du feu.

3



### Cuire les steaks

- 🔄 [Changer](#) | [Contre-filets de bœuf](#)
- ✖2 [Doubl](#) | [Contre-filets de bœuf](#)
- 🔄 [Changer](#) | [Steaks de filet de bœuf](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Sécher les **steaks** avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**.
- Ajouter à la poêle chaude **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **steaks**. Saisir de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce que les **steaks** soient dorés. (**REMARQUE** : Les **steaks** finiront de cuire au four.)
- Retirer du feu, puis transférer les **steaks** sur une plaque à cuisson non recouverte. Jeter le gras de la poêle.
- Rôtir les **steaks** dans le **bas** du four de 4 à 8 min, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée\*\*.

6



### Terminer et servir

- Égoutter et remettre les **pommes de terre** dans la même casserole, hors du feu. Ajouter la **crème**, la **moitié** de la **ciboulette**, le **reste** de l'**ail** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis écraser les **pommes de terre** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Saler et poivrer**, au goût.
- Sur la plaque à cuisson contenant les **choux de Bruxelles**, ajouter le **vinaigre** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre**. Bien mélanger.
- Trancher finement les **steaks**.
- Répartir les **choux de Bruxelles**, la **purée** et les **steaks** dans les assiettes.
- Napper les **steaks** de **sauce aux canneberges**.
- Parsemer le tout du **reste** de la **ciboulette**.

Si vous avez commandé 6 portions, triplez les quantités de la recette pour 2 portions. Il se peut que vous ayez besoin de cuire en plusieurs étapes ou d'utiliser des plats de cuisson plus grands. À noter : De plus grandes quantités peuvent correspondre à des temps de cuisson plus longs, il faut donc suivre les indications visuelles et de température.

### 3 | Cuire les steaks

- 🔄 [Changer](#) | [Contre-filets de bœuf](#)

Si vous avez choisi les **contre-filets de steak**, les préparer et les cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire les **steaks de haut de surlonge**.

### 3 | Cuire les steaks

- ✖2 [Doubl](#) | [Contre-filets de bœuf](#)

Si vous avez choisi la **portion double de contre-filets de steak**, les préparer et les cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire la **portion régulière de steaks de haut de surlonge**. Cuire en plusieurs étapes, au besoin.

### 3 | Cuire les steaks

- 🔄 [Changer](#) | [Steaks de filet de bœuf](#)

Si vous avez choisi les **steaks de filet de bœuf**, les préparer et les cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire les **steaks de haut de surlonge**.

\*\*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.