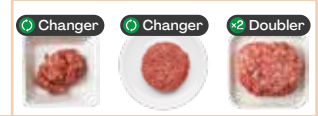




Burgers façon suédoise

avec rondelles de pommes de terre et mayo à l'aneth

25 minutes












Dinde hachée 250 g | 500 g Beyond Meat® 2 | 4 Bœuf haché 500 g | 1000 g

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)



-  Bœuf haché
250 g | 500 g
-  Pain artisan
2 | 4
-  Pomme de terre Russet
2 | 4
-  Champignons
113 g | 227 g
-  Mélange d'épices à l'ail et à l'aneth
1 c. à thé | 2 c. à thé
-  Crème
56 ml | 113 ml
-  Chapelure italienne
2 c. à soupe | 4 c. à soupe
-  Concentré de bouillon de bœuf
1 | 2
-  Sauce Worcestershire
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
-  Bébés épinards
28 g | 56 g
-  Mayonnaise
4 c. à soupe | 8 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, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



Préparer et rôtir les rondelles de pommes de terre

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

- Couper les **potatoes** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe** d'huile. (REMARQUE : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir dans le **bas** du four de 23 à 25 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (REMARQUE : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

4



Préparer et cuire les champignons

- Entre-temps, hacher grossièrement les **champignons** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter ½ c. à soupe (1 c. à soupe) de **beurre**, puis les **champignons**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent.
- Réduire à feu doux, puis ajouter la **crème**, le **concentré de bouillon** et **2 c. à soupe** (¼ tasse) d'**eau**. Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe.

2



Former les galettes

- **Changer** | **Dinde hachée**
- **Changer** | **Beyond Meat®**
- *2 **Doubler** | **Bœuf haché**

- À un bol moyen, ajouter le **bœuf**, la **sauce Worcestershire**, la **chapelure** et ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sel**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes** (4 galettes) **d'un diamètre de 10 cm** (4 po).

5



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Disposer les **moitiés**, côté coupé vers le haut, directement dans le haut du four. Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (CONSEIL : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

3



Poêler les galettes

- **Changer** | **Dinde hachée**
- **Changer** | **Beyond Meat®**
- *2 **Doubler** | **Bœuf haché**

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter les **galettes** à la poêle sèche. (REMARQUE : Ne pas surcharger la poêle; cuire en 2 étapes au besoin.)
- Poêler de 4 à 5 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.
- Transférer dans une assiette, puis couvrir pour garder chaud.
- Rincer et essuyer la poêle avec précaution.

6



Terminer et servir

- Dans un petit bol, mélanger la **mayonnaise** et le **mélange d'épices à l'ail et à l'aneth**.
- Étendre **un peu** de **mayo à l'aneth** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir d'**épinards**, d'**une galette** et de **champignons en sauce**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **potatoes** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **mayo à l'aneth** comme trempette.

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

2 | Former les galettes

○ **Changer** | **Dinde hachée**

Si vous avez choisi la **dinde**, former les **galettes** de la même façon que la recette vous indique de former les **galettes de bœuf**.

2 | Former les galettes

○ **Changer** | **Beyond Meat®**

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, ne pas tenir compte des instructions de former les **galettes**. (REMARQUE : Conserver la chapelure et la sauce Worcestershire pour une autre recette.)

2 | Former les galettes

*2 **Doubler** | **Bœuf haché**

Si vous avez doublé le **bœuf**, ajouter ½ c. à thé (½ c. à thé) **additionnelle** de **sel** au **mélange**. Former **4 galettes** (8 galettes) **d'un diamètre de 10 cm** (4 po).

3 | Poêler les galettes

○ **Changer** | **Dinde hachée**

Si vous avez choisi la **dinde**, ajouter ½ c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile** à la poêle. Cuire la **dinde** de la même façon que la recette vous indique de cuire le **bœuf****.

3 | Poêler les galettes

○ **Changer** | **Beyond Meat®**

Cuire et servir le **Beyond Meat®** de la même façon que la recette vous indique de cuire et de servir le **bœuf****.

3 | Poêler les galettes

*2 **Doubler** | **Bœuf haché**

Cuire les **galettes de bœuf** de la même façon que la recette vous indique de cuire la **portion régulière** de **galettes**. Cuire par étape, au besoin.

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