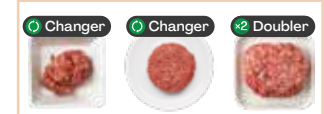




Burgers de bœuf au fromage inspirés du Sud-Ouest avec sauce ranch-guacamole et Monterey Jack

Familiale

30 à 40 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



- 

Bœuf haché
250 g | 500 g
- 

Mélange d'épices acidulé à l'ail
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- 

Patate douce
2 | 4
- 

Pain artisan
2 | 4
- 

Monterey Jack, râpé
½ tasse | 1 tasse
- 

Bébés épinards
28 g | 56 g
- 

Tomate
1 | 2
- 

Guacamole
3 c. à soupe | 6 c. à soupe
- 

Sauce ranch
4 c. à soupe | 8 c. à soupe
- 

Pâte tex-mex
1 c. à soupe | 2 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



Rôtir les quartiers de patates douces

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Sortir du frigo 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre et le laisser atteindre une température ambiante.

- Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile** et assaisonner du **mélange d'épices acidulé à l'ail. Poivrer**, puis remuer pour enrober. (**CONSEIL** : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.)
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Avec 2 plaques à cuisson, cuire au centre et dans le haut du four, en interchangeant les plaques à la mi-cuisson.)

4



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Étendre le **beurre ramolli** sur les côtés coupés, puis disposer les **pains**, côté coupé vers le bas, sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Griller dans le **bas** du four de 5 à 6 min, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

2



Préparer

- Entre-temps, trancher finement la **tomate**.
- À un petit bol, ajouter le **guacamole** et la **sauce ranch**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.

3



Cuire les galettes

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

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- À un bol moyen, ajouter le **bœuf** et la **pâte tex-mex**.
- Former à partir du **mélange 2 galettes** (4 galettes pour 4 pers) **d'un diamètre de 12 cm** (5 po).
- Ajouter les **galettes** à la poêle sèche. Poêler de 4 à 5 min, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées, puis les retourner. (**REMARQUE** : Les galettes finiront de cuire à l'étape 5.)

5



Terminer les galettes et fondre le fromage

- Après avoir retourné les **galettes**, les parsemer de **fromage**.
- Couvrir et cuire de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **galettes** soient entièrement cuites**.
- Retirer la poêle du feu.

6



Terminer et servir

- Étendre un **peu de sauce ranch-guacamole** sur les **tranches de pain inférieures** et **supérieures**.
- Garnir **chaque tranche de pain inférieure d'une galette**, de **tomates** et d'**épinards**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **quartiers de patates douces** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce ranch-guacamole** comme trempette.

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

3 | Cuire les galettes

○ **Changer** | **Dinde hachée**

Si vous avez choisi la **dinde hachée**, préparer les **galettes de dinde** de la même façon que la recette vous indique de préparer les **galettes de bœuf**. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** à la poêle chaude, puis ajouter les **galettes de dinde**. Cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire les **galettes de bœuf****.

3 | Cuire les galettes de Beyond Meat®

○ **Changer** | **Beyond Meat®**

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, ne pas tenir compte des instructions de former les **galettes**. Cuire et servir de la même façon que la recette vous indique de cuire et de cuire les **galettes de bœuf****. (**REMARQUE** : Conserver la pâte tex mex pour une prochaine création.)

3 | Cuire les galettes

×2 **Doubleur** | **Bœuf haché**

Si vous avez doublé le **bœuf**, utiliser un grand bol pour préparer le **mélange de bœuf**. Former à partir du **mélange 4 galettes** (8 galettes) **d'un diamètre de 12 cm** (5 po). Cuire en plusieurs étapes, au besoin.

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