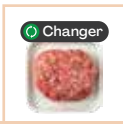




Sloppy Joes à la dinde

avec salade ranch

15 minutes



Bœuf haché
250 g | 500 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)



Dinde hachée
250 g | 500 g



Mélange printanier
56 g | 113 g



Garniture de salade
28 g | 56 g



Sauce Worcestershire
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Vinaigrette ranch
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Tartinade à l'ail
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Pain artisan
2 | 4



Oignon jaune haché
56 g | 113 g



Base de sauce tomate
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Assaisonnement BBQ
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Cassonade
1 c. à soupe | 1 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



Cuire la dinde et les oignons

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

↻ Changer | Bœuf haché

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter la **moitié** de la **tartinade à l'ail**, puis la **dinde** et les **oignons**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaitsant la **dinde** en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée**.

2



Préparer la sauce à Sloppy Joes

- Lorsque la **dinde** sera cuite, réduire à feu moyen-doux.
- Ajouter l'**assaisonnement BBQ** et la **moitié** de la **cajonade** (toute la qté pour 4 pers.). Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit combiné.
- Ajouter la **base de sauce tomate**, la **sauce Worcestershire** et $\frac{1}{2}$ **tasse** ($\frac{3}{4}$ tasse) d'**eau**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaisse légèrement.
- Retirer la poêle du feu. **Saler** et **poivrer**.

3



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux. Étendre le **reste** de la **tartinade à l'ail** sur les **moitiés**.
- Placer directement au centre du four, côté coupé vers le haut.
- Griller de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

4



Assembler la salade

- Au moment de servir, ajouter dans un grand bol le mélange de printemps, la **garniture de salade** et la **vinaigrette ranch**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

5



Terminer et servir

- Garnir les **tranches de pain inférieures** du **mélange de Sloppy Joes**, puis refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs** et la **salade** dans les assiettes.

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

1 | Cuire le bœuf et les oignons

↻ Changer | Bœuf haché

Si vous avez choisi le **bœuf**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire la **dinde****. Égoutter et jeter l'excédent de gras avec précaution, si désiré.