

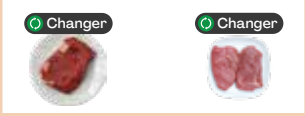


Steaks et broccolins enrobés de bacon

avec purée onctueuse à l'ail

Spéciale

35 minutes












Contre-filets de bœuf
370 g | 740 g

Filets de steak de bœuf
340 g | 680 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



-  Steaks de haut de surlonge
285 g | 570 g
-  Tranches de bacon
100 g | 200 g
-  Pomme de terre à chair jaune
350 g | 700 g
-  Mayonnaise
2 c. à soupe | 4 c. à soupe
-  Broccoli
170 g | 340 g
-  Sauce crémeuse au raifort
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
-  Moutarde à l'ancienne
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
-  Purée d'ail
1 c. à soupe | 2 c. à soupe
-  Oignon vert
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



Rôtir le broccolini enrobé de bacon

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Parer le **broccolini**, puis couper les tiges plus épaisses en deux sur la longueur, en laissant les tiges plus minces entières.
- Répartir les tiges de **broccolini** entre les **4 tranches de bacon**.
- Enrouler **1 tranche de bacon** avec précaution autour de **chaque paquet de tiges**.
- Transférer les **paquets de broccolini enrobés de bacon** sur une plaque recouverte de papier parchemin.
- Rôtir au **centre** du four de 25 à 26 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant**.

2



Préparer et commencer les pommes de terre

- Entre-temps, couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Émincer les **oignons verts**.
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** 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. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes de terre**.

3



Cuire les steaks

- [Changer](#) | [Contre-filets de bœuf](#)
- [Changer](#) | [Filets de steak de bœuf](#)
- Entre-temps, sécher les **steaks** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **steaks**. Saisir de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Retirer la poêle du feu, puis transférer les **steaks** sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Rôtir dans le **haut** du four de 5 à 10 min, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.

4



Préparer la sauce au raifort

- Entre-temps, mélanger dans un petit bol la **sauce crémeuse au raifort**, la **mayonnaise**, la **moutarde**, **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre** et la **moitié des oignons verts**.

5



Écraser les pommes de terre

- Lorsque les **potatoes** seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter la **purée d'ail**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **lait**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre** et le **reste des oignons verts** dans la casserole contenant les **potatoes** et écraser le tout jusqu'à l'obtention d'une purée lisse.
- **Saler** et **poivrer**, au goût.

6



Terminer et servir

- Trancher les **steaks**.
- Répartir la **purée onctueuse à l'ail**, les **paquets de broccolini enrobés de bacon** et les **steaks** dans les assiettes.
- Servir la **sauce au raifort** à côté.

3 | Cuire les steaks

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

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

3 | Cuire les steaks

[Changer](#) | [Filets de steak de bœuf](#)

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

** Cuire le bacon jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille. Pour un steak mi-saignant, cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F). Le degré de cuisson peut varier selon la taille du steak.