



# Quesadillas au fromage façon bodegas d'Harlem

avec quartiers de pommes de terre et sauce dijonnaise au miel et à l'ail

Familiale

35 à 45 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://hellofresh.ca)

|                                                                                     |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |
|  |  |
| Dinde hachée<br>250 g   500 g                                                       | Beyond Meat®<br>2   4                                                               |



|                                                                                       |                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |    |
| Bœuf haché<br>250 g   500 g                                                           | Tortillas de farine<br>6   12                                                         |
|    |    |
| Pomme de terre à chair jaune<br>350 g   700 g                                         | Cheddar, râpé<br>1 tasse   2 tasses                                                   |
|    |    |
| Tomate<br>1   2                                                                       | Gousses d'ail<br>2   4                                                                |
|    |    |
| Mayonnaise<br>4 c. à soupe   8 c. à soupe                                             | Assaisonnement BBQ<br>1 c. à soupe   2 c. à soupe                                     |
|  |  |
| Moutarde à l'ancienne<br>1 c. à soupe   2 c. à soupe                                  | Miel<br>1   2                                                                         |
|  |                                                                                       |
| Concentré de bouillon de bœuf<br>1   2                                                |                                                                                       |

**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 pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- **Guide pour la quantité d'ail à l'étape 2:**
  - Doux : ¼ c. à thé (½ c. à thé)
  - Moyen : ½ c. à thé (1 c. à thé)
  - Relevé : 1 c. à thé (2 c. à thé)

- Couper les **potatoes de terre** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **potatoes de terre** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement BBQ**, **saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 25 à 28 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes de terre** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir dans le haut et au centre du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

4



### Assembler les quesadillas

- Ajouter les **tomates** au **mélange de viande**, puis bien mélanger.
- Déposer les **tortillas** sur une surface propre.
- Étendre **1 c. à thé** de **sauce dijonnaise** sur la **moitié** de **chaque tortilla**. Répartir le **mélange de viande** uniformément par-dessus la **sauce**.
- Parsemer de **fromage**.
- Replier les **tortillas** sur elles-mêmes, par-dessus la **garniture**.

2



### Préparer et mélanger la sauce dijonnaise

- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise**, la **moutarde à l'ancienne**, le **miel** et la **moitié** de l'**ail**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour la quantité d'ail.) **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

3



### Cuire le bœuf

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé (à feu élevé pour 4 pers.).
- Ajouter le **bœuf** à la poêle sèche. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Ajouter le **concentré de bouillon**, le **reste** de l'**ail** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**eau**.
- **Saler** et **poivrer**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- Transférer le **bœuf** dans un bol moyen. Essuyer la poêle avec précaution.

5



### Cuire les quesadillas

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé.
- Ajouter **3 quesadillas** à la poêle sèche. Cuire de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce que les **tortillas** soient dorées. Transférer dans une assiette.
- Réduire à feu moyen et répéter avec le **reste** des **quesadillas**.

6



### Terminer et servir

- Répartir les **quesadillas** et les **quartiers de pommes de terre** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce dijonnaise** 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 la dinde

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, ajouter à la poêle **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis la **dinde**. Cuire de la même manière que la recette vous indique de cuire le **bœuf**\*\*.

### 3 | Cuire le Beyond Meat®

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le cuire de 5 à 6 min de la même manière que le **bœuf**, en brisant les **galettes** en petits morceaux, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes\*\*. Ne pas tenir compte des instructions pour égoutter l'excédent de gras.

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