



Galettes de bœuf à la française

avec rondelles de pommes de terre dorées et sauce au beurre et aux herbes

Repas futé

30 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

Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Bœuf haché
250 g | 500 g



Pomme de terre à
chair jaune
350 g | 700 g



Pois sucrés
113 g | 227 g



Mélange
printanier
56 g | 113 g



Radis
2 | 4



Persil et thym
14 g | 28 g



Mayonnaise
4 c. à soupe |
8 c. à soupe



Vinaigre de vin
blanc
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Chapelure
italienne
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Moutarde à
l'ancienne
1 c. à soupe |
2 c. à soupe



Sel d'ail
1 c. à thé |
2 c. à thé

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



Couper 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 ½ c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**, puis saupoudrer de la **moitié** du **sel d'ail**.
- Rôtir dans le **bas** du four de 24 à 28 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et dorées**.

4



Préparer et saisir les galettes

Changer | Dinde hachée

Changer | Beyond Meat®

- Dans un bol moyen, ajouter la **chapelure**, le **bœuf**, le **thym**, la **moitié** de la **moutarde** et le **reste** du **sel d'ail**. **Poivrer**, puis mélanger.
 - Former à partir du **mélange** 2 **galettes** (4 **galettes**) d'un diamètre de 12 cm (5 po).
 - Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter les **galettes** à la poêle sèche. Poêler à couvert de 3 à 4 min par côté, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées et entièrement cuites**.
- (**CONSEIL** : Réduire à feu moyen-doux si les galettes dorent trop rapidement.)

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

2



Mariner les radis

- Trancher finement les **radis**.
- Dans une petite casserole, ajouter les **radis**, 1 ½ c. à soupe (3 c. à soupe) de **vinaigre**, 2 c. à thé (4 c. à thé) de **sucre** et 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'**eau**. **Saler**. Porter à légère ébullition à feu moyen-élevé.
- Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve. Transférer les radis avec leur **marinade** dans un grand bol. Laisser refroidir au frigo.

3



Préparer les autres ingrédients

- Parer les **pois sucrés**, puis les trancher finement sur la longueur.
- Détacher 1 c. à thé (2 c. à thé) de **feuilles de thym** des **branches**, puis les hacher finement.
- Hacher finement le **persil**.
- Réchauffer 2 c. à soupe (4 c. à soupe) de **beurre** au micro-ondes pendant 30 s, jusqu'à ce qu'il fonde. Réserver.

5



Préparer la sauce aux herbes et la vinaigrette

- Dans un bol moyen, ajouter la **mayonnaise**, la **moitié** du **persil**, le **reste** de la **moutarde** et le **reste** du **vinaigre**. Bien mélanger.
- Incorporer graduellement le **beurre** refroidi, en remuant pour bien mélanger. **Saler** et **poivrer**, au goût. (**REMARQUE** : C'est votre **sauce aux herbes**.)
- Égoutter les **radis** et réserver 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de la **marinade** dans le même bol. Ajouter ½ c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger.

6



Terminer et servir

- Dans le bol contenant les **radis** et la **vinaigrette**, ajouter le **mélange printanier** et les **pois sucrés**. Remuer pour enrober.
- Répartir les **potatoes**, la **salade** et les **galettes** dans les assiettes.
- Napper les **galettes** d'un peu de **sauce aux herbes** et servir le reste comme trempette.
- Parsemer du **reste** du **persil**.

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

4 | Préparer et saisir les galettes de dinde

Changer | Dinde hachée

Si vous avez choisi la **dinde**, la préparer et cuire de la même manière que la recette vous indique de préparer et de cuire le **bœuf****.

4 | Préparer et saisir les galettes Beyond Meat®

Changer | Beyond Meat®

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le préparer et cuire de la même manière que la recette vous indique de préparer et de cuire le **bœuf****.