

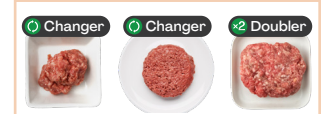


Burgers de bœuf sans pain façon jalapenos farcis avec salade fraîche

Repas futé

Épicée

35 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

Dinde hachée 250 g | 500 g
Beyond Meat® 2 | 4
Bœuf haché 500 g | 1000 g



- Bœuf haché
250 g | 500 g
- Tomate
1 | 2
- Mélange printanier
113 g | 227 g
- Oignon rouge
1 | 1
- Jalapeno
1 | 2
- Chapelure panko
1/4 tasse | 1/2 tasse
- Cheddar, râpé
1/4 tasse | 1/2 tasse
- Fromage à la crème
2 | 4
- Mayo épicée
2 c. à soupe | 4 c. à soupe
- Vinaigre de vin blanc
2 c. à soupe | 4 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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Essentiels à avoir à la maison | Huile, sucre, sel et poivre

Matériel | Plaque à cuisson, grand bol, grande poêle antiadhésive, cuillères à mesurer, bol moyen, papier parchemin, 3 petits bols, petite casserole, fouet



1 Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Trancher finement la **tomate**.
- Peler l'**oignon**, puis couper la **moitié** (l'oignon entier) en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Séparer les rondelles d'**oignons**.
- Trancher finement la **moitié** du **jalapeno** en rondelles de 0,5 cm (¼ po), en retirant les **graines** pour un goût plus doux.
- Éviter le **reste** du **jalapeno**, puis le hacher finement. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)



2 Mariner les jalapenos et les oignons

- Dans une petite casserole, ajouter le **vinaigre**, les **rondelles de jalapeno**, les **oignons**, **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **sucre** et **2 c. à soupe** (4 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.
- Retirer du feu.
- Transférer les **jalapenos et les oignons marinés**, avec leur **liquide**, dans un petit bol.
- Laisser refroidir au frigo.



3 Préparer la garniture pour galettes et la mayo épicée

- Entre-temps, combiner dans un autre petit bol les **jalapenos hachés**, le **fromage à la crème** et la **moitié** du **cheddar**. (**REMARQUE** : C'est votre garniture pour les galettes.)
- Dans un troisième petit bol, mélanger la **mayo épicée** et **1 c. à thé** (2 c. à thé) d'**eau**. (**REMARQUE** : C'est votre mayo épicée finale.)



4 Former les galettes

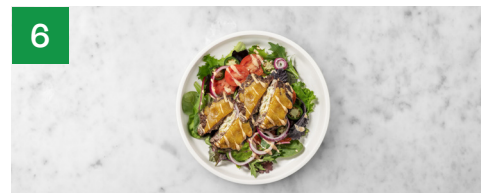
- 🔄 **Changer** | **Dinde hachée**
- 🔄 **Changer** | **Beyond Meat®**
- ✖2 **Double** | **Bœuf haché**

- Dans un bol moyen, ajouter le **bœuf**, la **chapelure** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sel**. (**CONSEIL** : Pour des galettes plus tendres, ajouter 1 œuf au mélange.)
- **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 4 galettes** (8 galettes) d'un **diamètre de 10 cm** (4 po). Répartir la garniture sur **2 galettes** (4 galettes), puis recouvrir des **galettes restantes**.
- Pincer fermement les rebords pour sceller la **garniture**, puis façonner délicatement les **galettes** pour leur redonner une forme ronde.



5 Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **galettes**. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle; au besoin, cuire en 2 étapes.)
- Saisir de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées.
- Retirer du feu, puis transférer sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Parsemer les **galettes** du **reste** du **fromage**.
- Rôtir dans le **haut** du four de 6 à 9 min, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.



6 Assembler la salade et servir

- Entre-temps, ajouter dans un grand bol **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **marinade** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier**, puis remuer pour enrober.
- Égoutter les **jalapenos et les oignons marinés**, puis jeter le **reste** de la **marinade**.
- Répartir la **salade** dans les assiettes.
- Garnir des **tomates**, des **galettes**, puis des **jalapenos et des oignons marinés**.
- Arroser d'un **filet** de **mayo épicée**.

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

4 Former les galettes

- 🔄 **Changer** | **Dinde hachée**

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

4 Former les galettes

- 🔄 **Changer** | **Beyond Meat®**

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le préparer et le cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire le **bœuf****. Ne pas tenir compte des instructions d'ajouter un **œuf** au mélange.

4 Former les galettes

- ✖2 **Double** | **Bœuf haché**

Si vous avez doublé le **bœuf**, ajouter **¼ c. à thé** additionnelle (½ c. à thé) de **sel** au **mélange de bœuf**. (**CONSEIL** : Pour des galettes plus tendres, ajouter 2 œufs au mélange pour 4 pers.) Former à partir du **mélange 8 galettes** (16 galettes) d'un **diamètre de 10 cm** (4 po). Répartir la garniture sur **4 galettes** (8 galettes), puis recouvrir des **galettes restantes**. Suivre le reste de la recette comme indiqué.

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