



# Steak au Romesco

avec pommes de terre et salade aux croûtons à l'ail

Spéciale

40 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://www.hellofresh.ca)

Contre-filets de bœuf 370 g | 740 g Contre-filets de bœuf 740 g | 1480 g Filet de steak de bœuf 340 g | 680 g



- Steak de haut de surlonge 285 g | 570 g
- Mélange paprika fumé et ail 1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Pain ciabatta 1 | 2
- Pomme de terre à chair jaune 400 g | 800 g
- Persil 7 g | 14 g
- Gousses d'ail 1 | 2
- Vinaigre de vin rouge 1 c. à soupe | 2 c. à soupe
- Pesto de poivrons rôtis 1/4 tasse | 1/2 tasse
- Mélange printanier 56 g | 113 g
- Petites tomates 113 g | 227 g
- Amandes, tranchées 28 g | 56 g
- Tartinade à l'ail 2 c. à soupe | 4 c. à soupe
- Feta, émiettée 1/4 tasse | 1/2 tasse

**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



### Préparer et rôtir les pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Recouvrir une plaque à cuisson de papier parchemin.
- Couper les **potatoes de terre** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Sur la plaque à cuisson préparée, arroser les **potatoes de terre** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** et assaisonner de la **moitié** du **mélange paprika fumé et ail**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 18 à 22 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes de terre** soient tendres et dorées.

2



### Préparer et mélanger la sauce au Romesco

- Entre-temps, couper les **tomates** en deux.
- Hacher grossièrement le **persil**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Couper la **ciabatta** en deux, puis en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- À un grand bol, ajouter les **tomates**, le **vinaigre**, **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sucre**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- À un petit bol, ajouter le **pesto**, l'**ail** et la **moitié** du **persil**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. C'est votre **sauce au Romesco**.

3



### Griller les croûtons et les amandes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter la **moitié** de la **tartinade à l'ail**. Tournoyer la poêle pendant 30 s, jusqu'à ce qu'elle fonde.
- Ajouter les **croûtons de ciabatta**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **croûtons** soient dorés.
- Ajouter les **amandes**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **croûtons** soient croustillants et que les **amandes** soient grillées.
- Transférer dans une assiette. Essuyer la poêle avec précaution.

4



### Cuire les steaks

- 🔄 [Changer](#) | [Contre-filets de bœuf](#)
- ✖2 [Doubl](#) | [Contre-filets de bœuf](#)
- 🔄 [Changer](#) | [Filet de steak de bœuf](#)

- Sécher les **steaks** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**, puis assaisonner du **reste** du **mélange paprika fumé et ail**.
- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **steaks**. Saisir de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce que les **steaks** soient dorés.
- Retirer du feu, puis transférer sur une plaque à cuisson non recouverte. Rôtir dans le **bas** du four de 6 à 9 min, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée\*\*.

5



### Laisser reposer le bœuf et terminer les pommes de terre

- Lorsque les **steaks** seront cuits, les transférer sur une planche à découper. Couvrir lâchement de papier d'aluminium et laisser reposer 5 min.
- Lorsque les **potatoes de terre** seront cuites, les retirer du four. Ajouter le **reste** de la **tartinade à l'ail** et le **reste** du **persil** aux **potatoes de terre**, directement sur la plaque à cuisson. Bien mélanger.

6



### Terminer et servir

- Ajouter le **mélange printanier** et le **mélange de croûtons et amandes** au bol contenant les **tomates**. Remuer pour bien enrober.
- Trancher finement les **steaks**.
- Répartir les **potatoes de terre** et la **salade** dans les assiettes.
- Garnir les **potatoes de terre** de **steak**.
- Arroser les **steaks** de la **sauce au Romesco**.
- Parsemer la **salade de feta**.

### 4 | 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 le **steak de haut de surlonge**.

### 4 | Cuire les steaks

- ✖2 [Doubl](#) | [Contre-filets de bœuf](#)

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

### 4 | Cuire les steaks

- 🔄 [Changer](#) | [Filet de steak de bœuf](#)

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

\*\*Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour un steak médium-saignant. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.