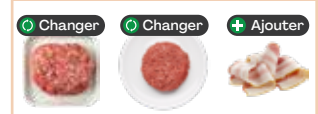




# Burgers de dinde à la méditerranéenne

## avec sauce au yogourt

25 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)

Boeuf haché 250 g | 500 g

Beyond Meat® 2 | 4

Tranches de bacon 100 g | 200 g



Dinde hachée  
250 g | 500 g



Pain artisan  
2 | 4



Mélange d'épices méditerranéen  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Sauce au yogourt  
3 c. à soupe | 6 c. à soupe



Tomate  
1 | 2



Mélange printanier  
28 g | 56 g



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



Pesto de poivrons rôtis  
¼ tasse | ½ tasse



Pomme de terre Russet  
2 | 4



Mélange d'épices acidulé à l'ail  
1 c. à soupe | 2 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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



## Préparer 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 (1/4 po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe d'huile** et assaisonner du **mélange d'épices acidulé à l'ail**. (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 18 à 20 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

4



## Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Disposer les moitiés, côté coupé vers le haut, directement dans le **haut** du four.
- Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

2



## Former les galettes

- 🔄 **Changer** | **Boeuf haché**
- 🔄 **Changer** | **Beyond Meat®**

- Entre-temps, ajouter dans un bol moyen la **dinde**, la **chapelure** et le **mélange d'épices méditerranéen**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes** (4 galettes) d'un diamètre de 12 cm (4 po). (**REMARQUE** : Il est normal que le mélange semble humide!)

5



## Préparer la tomate

- Entre-temps, couper la **tomate** en rondelles de 0,5 cm (1/4 po). **Saler** et **poivrer**.

3



## Cuire les galettes

- + **Ajouter** | **Tranches de bacon**

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **galettes**. Poêler de 5 à 6 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites\*\*.

6



## Terminer et servir

- + **Ajouter** | **Tranches de bacon**

- Étendre le **pesto de poivrons rôtis** sur les **tranches de pain inférieures** et **supérieures**. Garnir les **tranches de pain inférieures** d'une **galette**, de **tomates** et de **mélange printanier**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **rondelles de pommes de terre** dans les assiettes.
- Servir la **sauce au yogourt** comme trempette.

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

Si vous avez commandé 6 portions, triplez les quantités de la recette pour 2 portions. Il se peut que vous ayez besoin de cuire en plusieurs étapes ou d'utiliser des plats de cuisson plus grands. À noter : De plus grandes quantités peuvent correspondre à des temps de cuisson plus longs, il faut donc suivre les indications visuelles et de température.

## 2 | Former les galettes

- 🔄 **Changer** | **Boeuf haché**

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

## 2 | Former les galettes Beyond Meat®

- 🔄 **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 la **dinde**\*\*.

## 3 | Cuire les galettes

- + **Ajouter** | **Tranches de bacon**

Si vous avez ajouté le **bacon**, couper les **tranches** en deux dans le sens de la largeur. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter le **bacon** à la poêle chaude. Cuire de 5 à 7 min, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant\*\*. Retirer du feu. À l'aide de pinces, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Réserver. Jetez le gras de bacon, sauf **1 c. à soupe** (2 c. à soupe). Cuire les **galettes** dans la même poêle avec le **gras réservé**. (**REMARQUE** : Pas besoin d'ajouter de l'huile!)

## 6 | Terminer et servir

- + **Ajouter** | **Tranches de bacon**

Garnir les **burgers** de **bacon** au moment de les assembler.

\*\* Cuire la dinde, le boeuf et le Beyond Meat® jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et le bacon à la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F).