



Ragoût à l'irlandaise

avec crostinis à l'ail

Soirée cinéma 30 minutes



Dinde
hachée
250 g | 500 g

Protéine personnalisable

+ Ajouter

○ Changer

ou

×2 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)



Bœuf haché
250 g | 500 g



Mirepoix
113 g | 227 g



Pomme de terre
rouge
300 g | 600 g



Mélange pour
sauce
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Gousses d'ai
2 | 4



Persil et thym
14 g | 14 g



Concentré de
bouillon de bœuf
2 | 4



Pain à sandwich
2 | 4



Sauce soya
½ c. à soupe |
1 c. à soupe



Sel d'ail
1 c. à thé |
2 c. à thé



Petits pois
56 g | 113 g

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 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 quartiers.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. Assaisonner de la **moitié** du **sel d'ail** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 25 à 28 min, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et dorées.

2



Préparer et cuire le bœuf

🔄 **Changer** | **Dinde hachée**

- Entre-temps, détacher **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **feuilles de thym** des **branches**.
- Hacher grossièrement le **persil**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à thé** (2 c. à thé) d'**huile**, puis le **bœuf**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- **Saler** et **poivrer**. À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bœuf** dans un grand bol.
- Jeter avec précaution l'excédent de gras.

3



Cuire la mirepoix

- Réduire à feu moyen, puis ajouter dans la même casserole **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, la **mirepoix**, le **thym**, le **reste** du **sel d'ail** et la **moitié** de l'**ail**.
- Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **mirepoix** ramollisse légèrement.
- Ajouter le **bœuf** et le **jus restant** dans le bol.
- Saupoudrer du **mélange pour sauce**.
- Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** et le **bœuf** soient enrobés.

4



Cuire le ragoût

- Dans la casserole, ajouter le **concentré de bouillon**, la **sauce soya**, les **pois** et **1 ½ tasse** (3 tasses) d'**eau**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen-doux.
- Cuire de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **ragoût** épaississe légèrement et que les **légumes** soient tendres. (**CONSEIL** : Si le ragoût est trop épais, ajouter de l'eau, ¼ tasse à la fois, jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.)

5



Préparer les crostinis à l'ail

- Entre-temps, mélanger dans un petit bol le **reste** de l'**ail** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Couper les **pains** en deux. Disposer les **pains**, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Badigeonner d'**huile à l'ail**.
- Griller dans le **haut** du four de 5 à 6 min, jusqu'à ce que les **pains** soient légèrement dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

6



Terminer et servir

- Ajouter les **potatoes rôties** au **ragoût**, puis bien mélanger.
- Répartir le **ragoût à l'irlandaise** dans les bols.
- Servir les **crostinis à l'ail** en accompagnement.
- Parsemer le **ragoût** et les **crostinis** de **persil**.

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 | Préparer et cuire la dinde

🔄 **Changer** | **Dinde hachée**

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

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