



Burgers de dinde BBQ au cheddar

avec salade à la vinaigrette ranch

20 minutes

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)

 Changer	 Changer	 Ajouter
		
Beuf haché	Beyond Meat®	Tranches de bacon
250 g 500 g	2 4	100 g 200 g



	
Dinde hachée	Pain artisan
250 g 500 g	2 4
	
Croûtons	Chapelure italienne
28 g 56 g	4 c. à soupe 8 c. à soupe
	
Tomate	Jeunes épinards
1 2	56 g 113 g
	
Cheddar, râpé	Sauce BBQ
¼ tasse ½ tasse	4 c. à soupe 8 c. à soupe
	
Vinaigrette ranch	Moutarde à l'ancienne
2 c. à soupe 4 c. à soupe	1 c. à soupe 2 c. à soupe
	
Assaisonnement BBQ	
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.

Quantités d'ingrédients 56 g | 113 g
2 personnes | 4 personnes

1



Préparer

- Avant de commencer, sortir du frigo 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre et le laisser atteindre une température ambiante.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper 2 fines tranches de **tomate**, puis couper le **reste** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un petit bol, ajouter la **sauce BBQ** et la **moitié** de la **moutarde**, puis bien mélanger. **Poivrer**.

4



Griller les pains

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Chauffer la même poêle à feu moyen.
- Entre-temps, couper les **pains** en deux, puis étendre **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre ramolli** sur les côtés coupés.
- Ajouter les **pains**, côté coupé vers le bas, à la poêle chaude. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle; pour 4 portions, griller en 2 étapes.)
- Griller de 2 à 4 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

2



Former les galettes

Changeur | Bœuf haché

Changeur | Beyond Meat®

- Dans un grand bol, ajouter la **dinde**, la **chapelure**, l'**assaisonnement BBQ** et **⅛ c. à thé** (¼ c. à thé) de **sel**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes** (4 galettes) d'un diamètre de 12 cm (5 po). (**REMARQUE** : Il est normal que le mélange semble humide.)

5



Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Étendre le **mélange BBQ-moutarde** sur les **tranches de pain inférieures** et **supérieures**.
- Garnir les **tranches de pain inférieures** de **tomates** en tranches, d'**un peu** d'**épinards** et des **galettes**. Refermer les **burgers**.
- Dans un bol moyen, ajouter les **croûtons**, les **tomates hachées**, la **vinaigrette ranch**, le **reste** de la **moutarde** et le **reste** des **épinards**. Bien mélanger.
- Répartir les **burgers** et la **salade** dans les assiettes.

3



Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **galettes**. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle; cuire en 2 étapes, au besoin.)
- Poêler de 5 à 6 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.
- Lorsque les **galettes** seront presque cuites, les parsemer de **fromage**. Cuire à couvert de 1 à 2 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde.
- Retirer du feu, puis transférer les **galettes** dans une assiette.
- Rincer et essuyer la poêle avec précaution.

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

Changeur | Bœuf haché

Si vous avez choisi le **bœuf**, 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®

Changeur | 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****.

4 | Cuire le bacon et griller les pains

+ Ajouter | Tranches de bacon

Si vous avez ajouté le **bacon**, réchauffer la même poêle 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 pince, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Jeter l'excédent de gras. Rincer et essuyer la poêle avec précaution. Utiliser la même poêle pour griller les **pains**.

5 | Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

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