



Boulettes de porc BBQ à la pomme

avec purée de pommes de terre crémeuse et salade

Familiale

35 à 45 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)

 Changer	 Changer
	
Boeuf haché 250 g 500 g	Haché de protéines à base de plantes 250 g 500 g



	
Porc haché 250 g 500 g	Pomme de terre Russet 2 4
	
Chapelure italienne 1/4 tasse 1/2 tasse	Petites tomates 113 g 227 g
	
Bébés épinards 56 g 113 g	Pomme Gala 1 2
	
Crème 56 ml 113 ml	Fromage à la crème 1 2
	
Échalotes frites 28 g 56 g	Sauce BBQ 4 c. à soupe 8 c. à soupe
	
Assaisonnement BBQ 1 c. à soupe 2 c. à soupe	Vinaigre de vin blanc 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

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Éplucher, puis couper les **pommes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Éviter la **pomme**. Râper grossièrement la **moitié** de la **pomme**. Trancher finement le **reste** de la **pomme**.
- Couper les **tomates** en deux.

2



Cuire les pommes de terre

- Dans une grande casserole, recouvrir les **pommes de terre** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen-élevé. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **pommes de terre**.

3



Former et rôtir les boulettes

- Dans un grand bol, ajouter le **porc**, la **chapelure**, la **pomme râpée**, l'**assaisonnement BBQ** et **¼ c. à thé** ($\frac{1}{2}$ c. à thé) de **sel**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 12 boulettes** (24 boulettes) **de taille égale**.
- Les disposer sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium.
- Rôtir au **centre** du four de 12 à 14 min, jusqu'à ce que les **boulettes** soient dorées et entièrement cuites**.

4



Écraser les pommes de terre

- Lorsque les **pommes de terre** seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter la **crème**, le **fromage à la crème** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis écraser les **pommes de terre** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.

5



Assembler la salade

- Dans un bol moyen, fouetter le **vinaigre**, **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Ajouter les **tomates**, les **tranches de pomme** et les **épinards**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

6



Terminer et servir

- Lorsque les **boulettes** seront cuites, fondre dans un petit bol allant au micro-ondes **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre** pendant 30 s.
- Dans un autre grand bol, ajouter les **boulettes**, la **sauce BBQ**, le **beurre** fondu et **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**eau**, puis remuer pour enrober.
- Répartir la **purée de pommes de terre** dans les assiettes, puis garnir des **boulettes** et de la **sauce restant** dans le bol.
- Parsemer d'**échalotes frites**.
- Servir la **salade** en accompagnement.

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

3 | Former et rôtir les boulettes

🔄 Changer | **Bœuf haché**

Si vous avez choisi le **bœuf**, le faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **porc****.

3 | Former et rôtir les boulettes

🔄 Changer | **Haché de protéines**

Si vous avez choisi le **haché de protéines à base de plantes**, le préparer, le faire cuire et le servir en suivant les mêmes directives que celles pour le **porc****.

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

