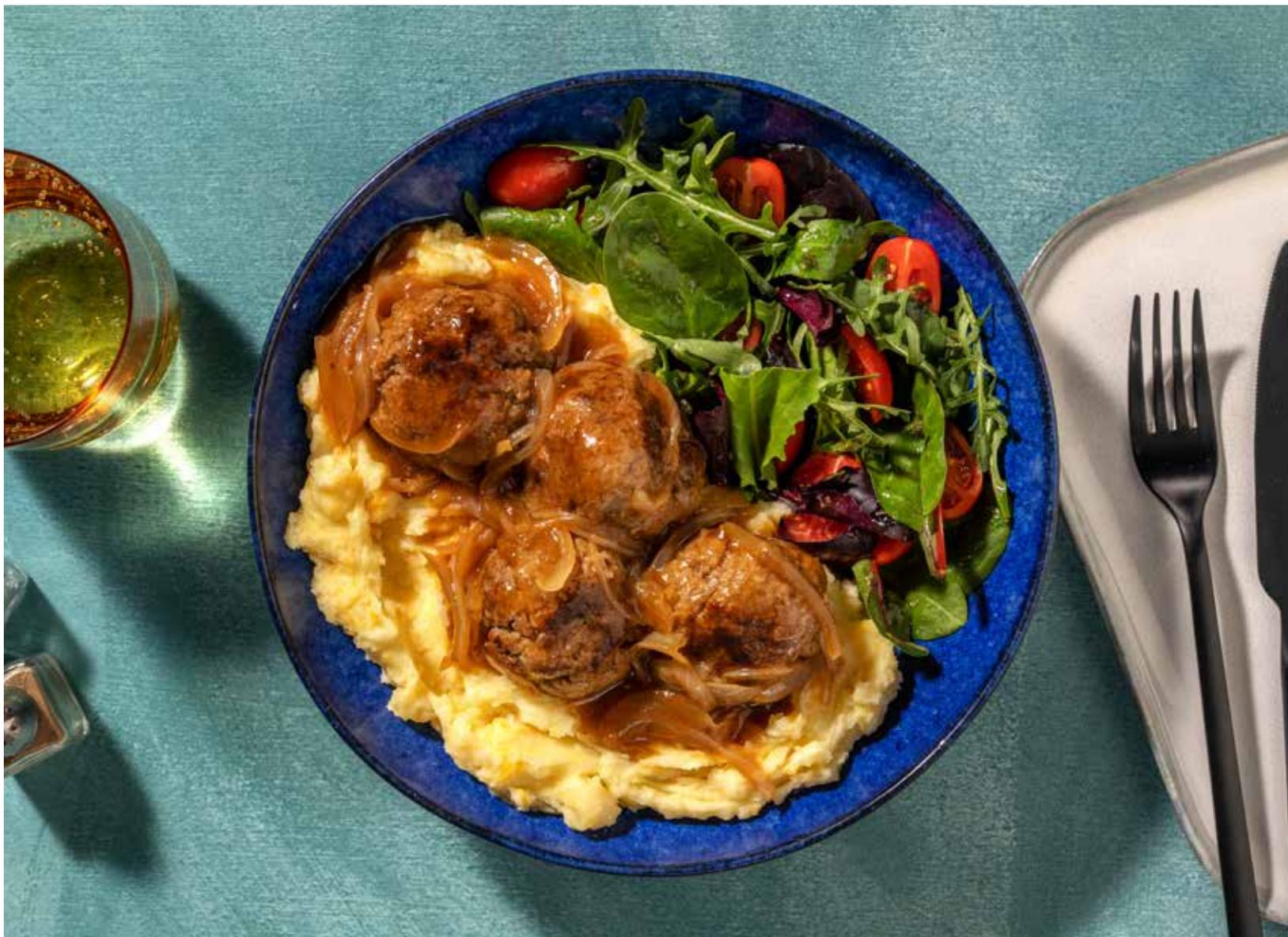


# Boulettes de viande dans une sauce aux oignons caramélisés

avec purée de pommes de terre au fromage

Familiale

30 à 40 minutes



Boeuf haché



Chapelure panko



Sauce Worcestershire



Oignon jaune



Concentré de bouillon de poulet



Pomme de terre Russet



Mélange d'épices pour sauce



Cheddar, râpé



Petites tomates



Mélange printanier



Vinaigrette italienne

BONJOUR SAUCE WORCESTERSHIRE

Une sauce au goût savoureux et unique originaire du comté du Worcestershire!

## D'abord

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

## Matériel requis

Plaque à cuisson, épluche-légumes, passoire, poêle antiadhésive moyenne, cuillères à mesurer, tasses à mesurer, presse-purée, 2 grands bols, papier parchemin, grande casserole

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Sauce Worcestershire	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon jaune	113 g	226 g
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Mélange d'épices pour sauce	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Cheddar, râpé	½ tasse	1 tasse
Petites tomates	113 g	227 g
Mélange printanier	56 g	113 g
Vinaigrette italienne	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Beurre non salé*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Lait*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

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

## 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 soja, des sulfites, des noix et du blé.*

## Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



### Cuire les pommes de terre

- Éplucher, puis couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** de **water** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **salt** (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 **potatoes**.
- Égoutter et remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter le **cheddar** et **2 c. à soupe** de **butter** (doubler la qté pour 4 pers.), puis écraser les **potatoes** jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler** et **poivrer**, au goût.



### Cuire les boulettes

- Dans le grand bol contenant la **chapelure**, ajouter le **beef**, la **moitié** de la **sauce Worcestershire** et la **moitié** du **concentré de bouillon**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange** **8 boulettes de taille égale** (16 boulettes pour 4 pers.).
- Les disposer sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Rôtir dans le **haut** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que les **boulettes** soient dorées et entièrement cuites\*\*.



### Caraméliser les oignons

- Entre-temps, chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen.
- Peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Ajouter à la poêle chaude **1 c. à soupe** de **butter** (doubler la qté pour 4 pers.), puis tourner la poêle jusqu'à ce que le **butter** fonde.
- Ajouter les **oignons**. Cuire de 8 à 10 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** soient dorés. **Saler** et **poivrer**. (**CONSEIL** : Si les oignons dorent trop rapidement, réduire à feu moyen-doux.)



### Préparer la sauce aux oignons caramélisés

- Lorsque les **boulettes** seront à mi-cuisson, ajouter le **reste** de la **sauce Worcestershire** dans la poêle contenant les **oignons**. Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce Worcestershire** s'évapore.
- Parsemer le tout du **mélange d'épices pour sauce** et du **reste** du **concentré de bouillon**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **oignons** soient enrobés.
- Incorporer graduellement **¾ tasse** d'**water** (doubler la qté pour 4 pers.). Monter à feu moyen-élevé. Continuer à cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** arrive à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**, au goût.



### Préparer

- Entre-temps, ajouter dans un grand bol la **chapelure** et **2 c. à soupe** de **lait** (doubler la qté pour 4 pers.), puis bien mélanger.
- Couper les **tomates** en deux.
- Dans un autre grand bol, combiner les **tomates** et le **mélange printanier**.



### Terminer et servir

- Dans la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **boulettes**. Remuer délicatement pour enrober.
- Arroser la **salade** d'**un filet** de **vinaigrette italienne**, puis bien mélanger.
- Répartir la **purée de pommes de terre** et la **salade** dans les assiettes.
- Disposer les **boulettes** sur la **purée**. Napper les **boulettes** de la **sauce aux oignons caramélisés**.

## Le souper, c'est réglé!