



Burgers de dinde à la César

avec salade et mayo au parmesan

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)

Changer



Beaufilé haché

250 g | 500 g

Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Dinde hachée
250 g | 500 g



Pain artisan
2 | 4



Mayonnaise
¼ tasse | ½ tasse



Parmesan, râpé
grossièrement
¼ tasse | ½ tasse



Mélange
printanier
56 g | 113 g



Citron
1 | 1



Chapelure
italienne
¼ tasse | ½ tasse



Moutarde de
Dijon
1 ½ c. à thé |
3 c. à thé



Purée d'ail
1 c. à soupe |
2 c. à soupe



Croûtons
28 g | 56 g



Vinaigrette
italienne
2 c. à soupe |
4 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, sortir du frigo 2 c. à soupe (4 c. à soupe) de beurre et le laisser atteindre une température ambiante.
- Préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- **Guide pour la quantité d'ail à l'étape 1 :**
 - Doux : 1/8 c. à thé (1/4 c. à thé)
 - Moyen : 1/4 c. à thé (1/2 c. à thé)
 - Relevé : 1/2 c. à thé (1 c. à thé)

- Zester, puis presser la **moitié** du **citron** (la même qté pour 4 pers.). Couper le **reste** du **citron** en quartiers.
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise**, la **moutarde**, le **parmesan**, la **moitié** du **zeste de citron** (toute la qté pour 4 pers.), **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **jus de citron** et **1/4 c. à thé** (1/2 c. à thé) de **purée d'ail**. (**REMARQUE :** Consulter le guide pour la quantité d'ail.)
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

4



Griller les pains

- Entre-temps, mélanger dans un autre petit bol 2 c. à soupe (4 c. à soupe) de **beurre ramolli** et le **reste** de la **purée d'ail**. **Saler** et **poivrer**.
- Couper les **pains** en deux, puis étendre le **beurre à l'ail** sur les côtés coupés.
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, disposer les **pains**, côté coupé vers le haut.
- Griller dans le **haut** du four de 4 à 6 min, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. (**CONSEIL :** Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)

2



Former les galettes

- **Changer | Bœuf haché**
- **Changer | Beyond Meat®**
- Entre-temps, ajouter dans un bol moyen la **dinde**, la **chapelure** et **1/8 c. à thé** (1/4 c. à thé) de **sel**. **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange de dinde** **2 galettes d'un diamètre de 10 cm (4 po)** (4 galettes pour 4 pers.). (**REMARQUE :** Il est normal que le mélange semble humide. À l'étape 4, il sera possible de reformer les galettes avec précaution lors de la cuisson.)

3



Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **galettes**. Poêler de 4 à 5 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.
- Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud.

5



Assembler la salade

- Dans un grand bol, mélanger la **vinaigrette italienne** et **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **jus de citron**. **Poivrer**.
- Ajouter le **mélange printanier**, puis bien mélanger au moment de servir.

6



Terminer et servir

- Étendre la **mayo au parmesan** sur les **pains**.
- Garnir **chaque tranche de pain inférieure** de **1 galette** et d'**un peu** de **salade**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et le **reste** de la **salade** dans les assiettes.
- Garnir la **salade** de **croûtons**.
- Arroser la **salade** du **jus d'un quartier de citron**, si désiré.

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

2 | Former les galettes

Changer | Bœuf haché

Si vous avez choisi le **bœuf**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire la **dinde****.

2 | Former les galettes

Changer | Beyond Meat®

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, sauter les instructions pour former les **galettes**. Conserver la **chapelure** pour une prochaine création. Cuire et servir les **galettes de Beyond Meat®** de la même façon que la recette vous indique de cuire et de servir les **galettes de dinde****.

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



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.