



# Burgers de bœuf au fromage inspirés du Sud-Ouest avec sauce ranch-guacamole et Monterey Jack

Familiale

25 à 35 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://hellofresh.ca)

Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Bœuf haché

250 g | 500 g



Chapelure

italienne

¼ tasse | ½ tasse



Mélange d'épices  
à enchilada

1 c. à soupe |

2 c. à soupe



Mélange d'épices  
acidulé à l'ail

1 c. à soupe |

2 c. à soupe



Patate douce

2 | 4



Pain artisan

2 | 4



Monterey Jack,  
râpé

½ tasse | 1 tasse



Bébés épinards

28 g | 56 g



Tomate

1 | 2



Guacamole

3 c. à soupe |

6 c. à soupe



Vinaigrette ranch

4 c. à soupe |

8 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



### Rôtir les quartiers de patates douces

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Sortir du frigo 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre et le laisser atteindre une température ambiante.

- Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe d'huile**, puis assaisonner de **1 c. à thé de mélange d'épices acidulé à l'ail. Poivrer**, puis remuer pour enrober. (**CONSEIL** : Pour 4 pers., utiliser 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile et 1 c. à thé de mélange d'épices acidulé à l'ail chacune.)
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées. (**REMARQUE** : Avec 2 plaques à cuisson, cuire au centre et dans le haut du four, en interchangeant les plaques à la mi-cuisson.)

4



### Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Étendre **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre** ramolli sur les côtés coupés, puis disposer les **pains**, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson non recouverte.
- Griller dans le **bas** du four de 5 à 6 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

2



### Préparer

- Entre-temps, trancher finement la **tomate**.
- Dans un petit bol, ajouter le **guacamole**, la **vinaigrette ranch** et ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **mélange d'épices à enchilada. Saler et poivrer**, au goût, puis bien mélanger.

3



### Cuire les galettes

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Dans un bol moyen, ajouter le **bœuf**, la **chapelure**, le **reste** du **mélange d'épices à enchilada** et le **reste** du **mélange d'épices acidulé à l'ail. Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes** (4 galettes) **d'un diamètre de 12 cm (5 po)**.
- Ajouter les **galettes** à la poêle chaude et sèche. Poêler de 4 à 5 min, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées, puis les retourner.

5



### Terminer les galettes et fondre le fromage

- Après avoir retourné les **galettes**, les parsemer de **fromage**.
- Couvrir et cuire de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **galettes** soient entièrement cuites\*\*.
- Retirer la poêle du feu.

6



### Terminer et servir

- Étendre un **peu** de **sauce ranch-guacamole** sur les **tranches de pain inférieures et supérieures**.
- Garnir les **tranches de pain inférieures** d'une **galette**, de **tomates** et d'**épinards**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **quartiers de patates douces** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce ranch-guacamole** comme trempette.

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

### 3 | Cuire les galettes

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, former les **galettes** de la même façon que la recette vous indique de former les **galettes de bœuf**. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** à la poêle chaude, puis les **galettes de dinde**. Cuire et servir de la même façon que la recette vous indique de cuire et de servir les **galettes de bœuf\*\***.

### 3 | Cuire les galettes

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, ne pas tenir compte des instructions de former les **galettes**. Cuire et servir de la même façon que la recette vous indique de cuire et de servir les **galettes de bœuf\*\***.

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

