

Burgers de dinde façon tex-mex

avec salade à la vinaigrette chipotle-ranch

20 min



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



Dinde hachée



Pain brioché



Sauce ranch



Mélange printanier



Carotte, en julienne



Chapelure panko



Cheddar, râpé



Mini concombre



Mélange d'épices sud-ouest



Sauce au chipotle



Guacamole



Tomate Roma

BONJOUR DINDE HACHÉE

Une délicieuse source de protéines qui vous aidera à réduire la teneur en gras saturé de votre repas!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Unités de mesure à chaque étape

1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
2 personnes	4 personnes	Ingrédient

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, spatule, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Dinde hachée	250 g	500 g
Pain brioché	2	4
Sauce ranch	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Mélange printanier	56 g	113 g
Carotte, en julienne	56 g	113 g
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Mini concombre	66 g	132 g
Mélange d'épices sud-ouest	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce au chipotle	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Guacamole	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Tomate Roma	80 g	160 g
Huile*		
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 soya, des sulfites, des noix et du blé.



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

Nous rejoindre

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

@HelloFreshCA

1



Préparer et faire la vinaigrette

- Couper le **concombre** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un grand bol, fouetter la **sauce au chipotle** et la **moitié** de la **sauce ranch**.

2



Former les galettes

- Dans un bol moyen, **mélanger la dinde**, la **chapelure**, le **mélange d'épices sud-ouest** et ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sel. Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 2 galettes** (4 galettes) **d'un diamètre de 10 cm (4 po)**.

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**.
- Poêler de 5 à 6 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**. (**REMARQUE** : Après avoir retourné les galettes, utiliser une spatule pour les reformer avec précaution, en appuyant sur les côtés.)
- Transférer dans une assiette, puis couvrir pour garder chaud.

4



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Les disposer, côté coupé vers le **haut**, sur une plaque à cuisson non recouverte. Parsemer les **tranches de pain supérieures** de **fromage**.
- Griller dans le **bas** du four de 4 à 5 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

5



Assembler la salade

- Entre-temps, ajouter les **carottes**, les **concombres** et le **mélange printanier** dans le bol contenant la **vinaigrette**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.

6



Terminer et servir

- Étendre le **guacamole** et le **reste** de la **sauce ranch** sur **chaque tranche de pain inférieure**, puis garnir d'**une galette** et de **tomates**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et la **salade** dans les assiettes.

Le souper, c'est réglé!