



# Burgers de bœuf sans pain façon jalapenos farcis avec salade fraîche

Épicée

Repas futé

35 minutes

Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

Recette personnalisée

+ 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)



Beef haché  
250 g | 500 g



Tomate  
1 | 2



Mélange printanier  
113 g | 227 g



Oignon rouge  
½ | 1



Jalapeno  
1 | 2



Chapelure panko  
¼ tasse | ½ tasse



Cheddar, râpé  
¼ tasse | ½ tasse



Fromage à la crème  
1 | 2



Mayo épicée  
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Vinaigre de vin blanc  
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, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Trancher finement la **tomate**.
- Peler, puis couper la **moitié** de l'**oignon** (l'oignon entier) en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Séparer les **rondelles d'oignon**.
- Trancher la **moitié** du **jalapeno** en rondelles de 0,5 cm (¼ po), en retirant les graines pour un goût plus doux. Éviter le **reste du jalapeno**, puis le hacher finement. (**CONSEIL** : Il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.)

2



## Mariner les jalapenos et les oignons

- Dans une petite casserole, ajouter le **vinaigre**, les **rondelles de jalapeno**, les **oignons**, **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **sucre** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**. **Saler**.
- Porter à légère ébullition à feu moyen-élevé.
- Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.
- Retirer du feu.
- Transférer les **oignons** et les **jalapenos marinés**, y compris leur **marinade**, dans un petit bol.
- Réserver au frigo pour refroidir.

3



## Préparer la garniture pour galettes et la mayo épicée

- Entre-temps, combiner dans un autre petit bol les **jalapenos hachés**, le **fromage à la crème** et la **moitié** du **cheddar**. (**REMARQUE** : C'est votre garniture pour les galettes.)
- Dans un autre petit bol, ajouter la **mayo épicée** et **1 c. à thé** (2 c. à thé) d'**eau**. (**REMARQUE** : C'est votre mayo épicée finale.)

4



## Former les galettes

Changer | Dinde hachée

- Dans un bol moyen, ajouter le **bœuf**, la **chapelure** et **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sel**. (**CONSEIL** : Pour des galettes plus fermes, ajouter 1 œuf au mélange.) Poivrer, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 4 galettes** (8 galettes) d'**un diamètre de 10 cm** (4 po). Répartir la garniture pour **galettes** sur **2 galettes** (4 galettes), puis recouvrir des **galettes restantes**.
- Pincer fermement les rebords pour sceller la **garniture**, puis façonner délicatement les **galettes** pour leur redonner une forme ronde.

5



## Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **galettes**. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle; au besoin, cuire en 2 étapes.)
- Saisir de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées.
- Retirer du feu, puis transférer sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Parsemer les **galettes** du **reste du fromage**.
- Rôtir dans le **haut** du four de 6 à 9 min, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites\*\*.

6



## Terminer la salade et servir

- Entre-temps, ajouter dans un grand bol **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de la **marinade** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier**, puis remuer pour enrober. Égoutter les **jalapenos** et les **oignons marinés**, puis jeter le **reste** de la **marinade**.
- Répartir la **salade** dans les assiettes.
- Garnir de **tomates**, de **galettes**, d'**oignons marinés** et de **jalapenos marinés**.
- Arroser d'**un filet de mayo épicée**.

## 4 | Former les galettes

Changer | Dinde hachée

Si vous avez choisi la **dinde**, former les galettes en suivant les mêmes instructions que celles pour le **bœuf**, sans ajouter d'**œuf** au mélange. Faire cuire les **galettes de dinde** de la même façon qu'il est indiqué de cuire les **galettes de bœuf\*\***.

\*\* 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.