

Burgers estivaux au poulet, bacon et brie

avec salade de nectarines

Grillade du long week-end 30 minutes



Poitrines de poulet



Tranches de bacon



Pain brioché



Nectarine



Mélange roquette et épinards



Mayonnaise



Brie



Vinaigre de vin rouge



Moutarde de Dijon



Mini concombre



Basilic

BONJOUR NECTARINES

Ces fruits à noyau sont de saison et délicieux grillés!

D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 230 °C (450 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, pince de cuisine, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poitrines de poulet *	2	4
Tranches de bacon	100 g	200 g
Pain brioché	2	4
Nectarine	1	2
Mélange roquette et épinards	113 g	227 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Brie	125 g	250 g
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde de Dijon	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mini concombre	66 g	132 g
Basilic	7 g	14 g
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que le porc et le poulet atteignent une température interne de 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F) respectivement. Le temps de cuisson varie selon la taille.

• L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

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.



1 Préparer et faire cuire le bacon

- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **bacon**. Faire cuire de 5 à 7 min ou jusqu'à ce qu'il soit croustillant, en le retournant à l'occasion**.
- Retirer la poêle du feu. À l'aide d'une pince de cuisine, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'un essuie-tout.
- Entre-temps, couper la **nectarine** en quatre sections et les détacher du noyau.
- Couper le **concombre** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).
- Couper le **brie** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Hacher finement le **basilic**.



4 Faire griller le poulet

- Disposer le **poulet** sur la grille du barbecue. Baisser à feu moyen, refermer le couvercle et faire griller de 5 à 7 min par côté ou jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit, en le retournant une fois**.



2 Mariner les concombres et préparer la mayonnaise au basilic

- Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre**, ¼ c. à thé de **sucre** et 2 c. à soupe d'**huile** (doubler les quant. pour 4 pers.).
- Ajouter les **concombres**. **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober. Réserver.
- Dans un petit bol, mélanger la **mayonnaise**, le **basilic** et la **moutarde de Dijon**. Réserver.



5 Faire griller les nectarines et les pains

- Lorsque le **poulet** est presque prêt, le garnir de **brie**.
- Placer les **nectarines** sur l'autre moitié de la grille. Refermer le couvercle et faire griller les **nectarines** de 2 à 3 min ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres, en les retournant une fois.
- Lorsque les **nectarines** sont presque prêtes, couper les **pains** en deux.
- Placer les **pains** sur la grille, côté coupé vers le bas. Refermer le couvercle et faire griller de 1 à 2 min ou jusqu'à ce que les **pains** soient chauds. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



3 Préparer le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout.
- En maintenant le couteau parallèle à la planche à découper, couper **chaque poitrine de poulet** en son centre, en laissant 2,5 cm (1 po) intacts à l'autre extrémité. Ouvrir les **poitrines de poulet** comme un livre.
- Arroser de 1 c. à soupe d'**huile** (doubler pour 4 pers.), puis **saler et poivrer**.



6 Terminer et servir

- Couper les **nectarines grillées** en quartiers.
- Ajouter les **nectarines** et le **mélange roquette et épinards** au grand bol contenant les **concombres marinés**. Remuer pour enrober.
- Tartiner la **mayonnaise au basilic** sur les **pains grillés**. Garnir les **pains inférieurs de poulet** et de **bacon**, puis refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et la **salade de nectarines** dans les assiettes.

Le souper, c'est réglé!