

Burgers poulet-laitue-tomate

avec sauce ranch et patates douces rôties

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez ajouter du bacon,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Poulet haché



Ciboulette



Sauce ranch



Mélange printanier



Chapelure panko



Tranches de bacon



Poivre au citron



Tomate Roma



Pain brioché



Patate douce

D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, bol moyen, petit bol, grande poêle antiadhésive, 2 plaques à cuisson

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poulet haché ♦	250 g	500 g
Tranches de bacon	100 g	200 g
Ciboulette	7 g	14 g
Poivre au citron	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sauce ranch	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Tomate Roma	80 g	160 g
Mélange printanier	28 g	56 g
Pain brioché	2	4
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Patate douce	340 g	680 g
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire le poulet et le porc jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 71 °C (160 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier 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.

Nous rejoindre

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

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



Rôtir les patates douces

- Couper les **patates douces** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **patates douces** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.) et assaisonner de la **moitié** du **poivre au citron**. **Saler**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées.

Si vous avez choisi d'ajouter du **bacon**, disposer le **bacon** en une seule couche sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Rôtir le **bacon** au centre du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce qu'il soit croustillant et entièrement cuit**. Transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout.



Préparer et mélanger la sauce ranch

- Entre-temps, couper la **tomate** en rondelles de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un petit bol, ajouter la **sauce ranch** et le **reste** de la **ciboulette**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.



Préparer les galettes

- Entre-temps, émincer la **ciboulette**.
- Dans un bol moyen, mélanger le **poulet**, la **chapelure**, le **reste** du **poivre au citron**, la **moitié** de la **ciboulette** et **¼ c. à thé** de **sel** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Former à partir du **mélange de poulet** **deux galettes d'un diamètre de 12 cm** (5 po) (4 galettes pour 4 pers.). (**REMARQUE** : Il est normal que le mélange semble humide! À l'étape 3, il sera possible de reformer les galettes avec précaution lors de la cuisson.)



Griller les pains

- Couper les **pains** en deux, puis les disposer, côté coupé vers le haut, sur une autre plaque à cuisson non recouverte.
- Griller dans le **haut** du four de 4 à 5 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Cuire les galettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **galettes**. Poêler de 5 à 6 min par côté, jusqu'à ce que les **galettes** soient dorées et entièrement cuites**.



Terminer et servir

- Étendre la **moitié** de la **sauce ranch** sur les **tranches de pain inférieures**, puis **garnir des galettes**, d' de **mélange printanier** et de **tomates**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **patates douces** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce ranch** comme trempette.

Garnir les **burgers** de **tranches de bacon** avant de les refermer.

Le souper, c'est réglé!