

Burgers végété et oignons caramélisés

avec Beyond Meat® et sauce dijonnaise à l'ail

Végé

Rapido

25 minutes



Beyond Meat®



Pain artisan



Cheddar blanc, râpé



Mayonnaise à base de plantes



Oignon jaune



Pomme de terre Russet



Moutarde de Dijon



Gousses d'ail



Bébés épinards

BONJOUR OIGNONS CARAMÉLISÉS

La garniture sucrée-salée parfaite pour les burgers!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Guide pour la quantité d'ail à l'étape 5 (doubler pour 4 pers.):

- Doux : ½ c. à thé
- Moyen : ¼ c. à thé
- Relevé : ½ c. à thé

Matériel requis

2 plaques à cuisson, poêle antiadhésive moyenne, cuillères à mesurer, papier parchemin, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Beyond Meat®	2	4
Pain brioché	2	4
Cheddar blanc, râpé	½ tasse	1 tasse
Mayonnaise à base de plantes	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Oignon jaune	113 g	226 g
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Moutarde de Dijon	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Gousses d'ail	1	2
Bébés épinards	28 g	56 g
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire 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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous rejoindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Rôtir les pommes de terre

- Couper les **potatoes** en quartiers de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à soupe d'huile**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune). **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres et dorées, en retournant à mi-cuisson. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le haut du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Cuire les galettes et griller les pains

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.), puis les **galettes Beyond Meat®**. Cuire de 3 à 4 min par côté ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées**.
- Disposer les **galettes** sur l'autre moitié de la plaque à cuisson contenant les **pains**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser une deuxième plaque.)
- Parsemer les **galettes** de **fromage**.
- Cuire dans le **haut** du four de 2 à 3 min ou jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **pains** soient dorés. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., cuire dans le haut du four, une plaque à la fois.) (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Caraméliser les oignons

- Entre-temps, chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen-élevé.
- Pendant que la poêle chauffe, peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler pour 4 pers.) à la poêle chaude, puis les **oignons**. Cuire de 4 à 5 min ou jusqu'à ce que les **oignons** aient ramolli, en remuant à l'occasion.
- Ajouter **1 c. à thé de sucre** (doubler pour 4 pers.) et **saler**, puis réduire à feu moyen. Cuire de 3 à 4 min ou jusqu'à ce que les **oignons** soient doré foncé, en remuant à l'occasion. Retirer la poêle du feu.



Faire la sauce dijonnaise à l'ail

- Entre-temps, ajouter dans un petit bol la **mayonnaise**, la **moutarde** et **½ c. à thé d'ail**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour la qté d'ail.)
- **Saler et poivrer**, au goût, puis bien mélanger.



Préparer

- Entre-temps, peler, puis émincer ou presser l'**ail**.
- Couper les **pains** en deux, puis les disposer sur une moitié d'une plaque à cuisson, côté coupé vers le haut. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., disposer les pains sur toute la plaque.)



Terminer et servir

- Tartiner un **peu** de **sauce dijonnaise à l'ail** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir d'**épinards**, d'une **galette** et d'**oignons caramélisés**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **burgers** et les **quartiers de pommes de terre** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce dijonnaise à l'ail** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!