

Contre-filet au beurre de truffes et champignons façon bistro avec patates douces rôties et choux de Bruxelles

De luxe

35 minutes



Contre-filet



Choux de Bruxelles



Patate douce



Sel de truffes



Mélange de champignons



Ciboulette



Gousses d'ail

BONJOUR BEURRE COMPOSÉ

L'union parfaite entre le beurre et des ingrédients aromatiques pour rehausser les saveurs!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °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

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, papier parchemin, petit bol, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Contre-filet	370 g	740 g
Choux de Bruxelles	170 g	340 g
Patate douce	340 g	680 g
Sel de truffes	1 g	2 g
Mélange de champignons	200 g	400 g
Ciboulette	7 g	14 g
Gousses d'ail	1	2
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 63 °C (145 °F) pour un steak médium-saignant. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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.

Nous rejoindre

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

    @HelloFreshCA

1



Rôtir les patates douces

- Couper les **patates douces** en deux sur la longueur, puis en tranches de 0,5 cm (1/4 po).
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **pommes de terre** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. Saupoudrer de la **moitié** du **sel de truffe**, **saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 22 à 24 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **patates douces** soient tendres et dorées.

4



Rôtir les champignons et les steaks

- Disposer les **champignons** sur une moitié d'une plaque à cuisson non recouverte. **Saler**, puis couronner de la **moitié** du **beurre de truffes**.
- Transférer les **steaks** sur l'autre moitié de la plaque à cuisson.
- Rôtir dans le **bas** du four de 4 à 6 min, jusqu'à ce que les **steaks** atteignent la cuisson désirée et que les **champignons** soient tendres**.
- Lorsque les **steaks** seront cuits, les transférer dans une assiette. Couvrir lâchement de papier d'aluminium et réserver pendant 5 min.

2



Préparer et mélanger le beurre de truffes

- Entre-temps, couper les **choux de Bruxelles** en deux (couper les plus gros en quatre).
- Couper les **champignons** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Émincer la **ciboulette**.
- Dans un petit bol, ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, le **reste** du **sel de truffes** et la **moitié** de la **ciboulette**. **Poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.

5



Cuire les choux de Bruxelles

- Entre-temps, chauffer la même poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé.
- Ajouter les **choux de Bruxelles** et **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que l'**eau** s'évapore.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile** et l'**ail**. Poursuivre la cuisson pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme et que les **choux de Bruxelles** soient légèrement croquants.
- **Saler** et **poivrer**, au goût.

3



Cuire les steaks

- Sécher les **steaks** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **steaks**. Saisir de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Retirer la poêle du feu.

6



Terminer et servir

- Trancher les **steaks**.
- Répartir les **patates douces**, les **choux de Bruxelles** et les **champignons** dans les assiettes.
- Disposer les **steaks** sur les **champignons**.
- Couronner les **steaks** du **reste** du **beurre de truffes**. Arroser du **jus restant** sur la planche à découper.
- Parsemer du **reste** de la **ciboulette**.

Le souper, c'est réglé!