

Dinde à la milanaise

avec haricots verts au pesto et purée onctueuse

40 Minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!



Escalopes de dinde



Pomme de terre Russet



Chapelure panko



Fromage parmesan



Assaisonnement italien



Mayonnaise



Haricots verts



Fécule de maïs



Demi-glace de volaille



Sauce soja



Moutarde de Dijon



Pesto de basilic

BONJOUR DINDE

Qui a dit que la dinde ne se mange qu'à Noël? Cette recette classique est savoureuse toute l'année!

Commencer ici

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

Sortez

Pinces, bol moyen, plaque à cuisson, tasses à mesurer, petit bol, cuillères à mesurer, passoire, essuie-tout, presse-purée, grande casserole, grande poêle antiadhésive, assiette creuse, fouet, épiluche-légumes

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Escalopes de dinde	340 g	680 g
Pomme de terre Russet	460 g	690 g
Chapelure panko	½ tasse	1 tasse
Fromage parmesan	¼ tasse	½ tasse
Assaisonnement italien	1 c. à table	2 c. à table
Mayonnaise	2 c. à table	4 c. à table
Haricots verts	170 g	340 g
Fécule de maïs	1 c. à table	2 c. à table
Demi-glace de volaille	1	2
Sauce soja	1 c. à table	2 c. à table
Moutarde de Dijon	½ c. à table	1 c. à table
Pesto de basilic	¼ tasse	¼ tasse
Beurre non salé*	2 c. à table	4 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte.

** Cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F; la taille affecte le temps de cuisson.

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les oeufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.

Nous rejoindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Cuire les pommes de terre

Peler les **potatoes**, puis les couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Parer les **haricots**. Dans une grande casserole, couvrir les **potatoes** de 2,5 à 5 cm d'**eau** (1 à 2 po), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Lorsque l'**eau** bout, baisser à feu moyen. Mijoter à découvert jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes**, de 10 à 12 min.



Préparer la sauce

Pendant que la **dinde** cuit, fouetter la **fécule de maïs**, la **demi-glace**, la **moutarde**, la **sauce soja** et **1 tasse** d'**eau** dans un petit bol. Dans la même poêle à feu moyen, ajouter le **mélange de féculé** et cuire en fouettant jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 3 à 4 min.



Paner la dinde

Pendant que les **potatoes** cuisent, combiner le **parmesan**, la **panko** et l'**assaisonnement italien** dans une assiette creuse. Sécher les **escalopes de dinde** avec un essuie-tout, puis les badigeonner de **mayo**. Presser fermement la **dinde** dans la **panko** pour couvrir entièrement.



Préparer les plats d'accompagnement

Lorsque les **potatoes** sont tendres, ajouter les **haricots** (sans remuer) à la même casserole. Cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 1 à 2 min. À l'aide de pincettes, réserver les **haricots** dans un bol moyen, y ajouter le **pesto** et mélanger. Égoutter les **potatoes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu. À l'aide d'un presse-purée, y incorporer **¼ tasse** de **beurre** jusqu'à l'obtention d'une purée lisse. **Saler et poivrer**.



Cuire la dinde

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **2 c. à table** d'**huile**, puis **deux escalopes panées**. Poêler jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 1 à 2 min par côté. Retirer la poêle du feu, puis transférer sur une plaque à cuisson. Réserver. Essuyer la poêle. Répéter avec **le reste** des **escalopes**, en ajoutant **2 c. à table** d'**huile**. Lorsque la **dinde** est poêlée, la rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elle soit entièrement cuite, de 8 à 10 min.**



Finir et servir

Couper la **dinde** en tranches. Répartir la **dinde**, la **purée** et les **haricots verts** dans les assiettes. Napper de **sauce**.

Le souper, c'est réglé!