



Moules aux échalotes

avec frites aux herbes et ciabatta grillée

PRONTO 30 minutes



Moules



Pomme de terre à chair jaune



Échalote



Ail



Persil



Ciboulette



Vin de cuisine blanc



Concentré de bouillon de légumes



Mayonnaise



Petit pain ciabatta

BONJOUR MOULES!

La moule est un mollusque tout-en-un : sa chair est délicieuse et sa coquille vide fait la parfaite paire de pinces pour manger les autres moules!

Bon départ

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

Sortez

2 plaques à cuisson, presse-ail, grand bol, grande casserole, passoire, pinceau en silicone, cuillères à mesurer, petit bol, papier parchemin

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Moules	908 g	1816 g
Pomme de terre à chair jaune	420 g	840 g
Échalote	50 g	100 g
Ail	9 g	18 g
Persil	7 g	14 g
Ciboulette	7 g	14 g
Vin de cuisine blanc	¼ tasse	½ tasse
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Mayonnaise	¼ tasse	½ tasse
Petit pain ciabatta	2	4
Beurre non salé*	1 c. à table	2 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °F.

Allergènes

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

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, 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 joindre

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



1. RÔTIR LES POMMES DE TERRE

Couper les **potatoes** en frites de 0,5 cm (¼ po). Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **1 c. à table** d'huile. (utiliser 2 plaques pour 4 pers, en mettant 1 c. à table d'huile par plaque. Interchanger les plaques à mi-cuisson.) **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles soient brun doré, de 25 à 28 min.



4. CUIRE LES MOULES

Pendant que la **ciabatta** grille, mettre **1 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers) dans une grande casserole à feu moyen, puis ajouter l'**échalote** et le **reste** de l'**ail**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce que les **aromates** ramollissent, de 2 à 3 min. Ajouter le **vin blanc** et le **liquide des moules réservé**. Porter à ébullition. Lorsque l'**eau** bout, ajouter le **concentré de bouillon** et les **moules**. Cuire à couvert jusqu'à ce que les **moules** soient chaudes, de 2 à 3 min. **** Poivrer**.



2. PRÉPARATION

Pendant que les **potatoes** rôtissent, hacher grossièrement le **persil**. Émincer la **ciboulette**. Peler, puis hacher finement l'**échalote**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Placer une passoire au-dessus et y égoutter les **moules**. Réserver le **liquide des moules**. Jeter les **moules brisées ou fermées**. Dans un petit bol, mélanger la **mayo**, la **moitié** de la **ciboulette** et **¼ c. à thé** d'**ail** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**.



5. FINIR LES FRITES

Lorsque les **frites** sont prêtes, les saupoudrer **du reste** de **ciboulette** et de la **moitié** du **persil**. Bien remuer.



3. GRILLER LES PAINS

Couper les **ciabattas** en deux, puis les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson. Badigeonner de **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis rôtir sur la grille du **haut** jusqu'à ce qu'ils soient dorés, de 6 à 8 min. (**ASTUCE**: attention de ne pas les brûler!)



6. FINIR ET SERVIR

Répartir les **frites** dans les assiettes. Répartir les **moules** et le **bouillon** dans les bols. Saupoudrer les **moules** du **reste** de **persil**. Servir avec la **ciabatta grillée** et la **mayo à l'ail** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!