

Sandwichs au steak

avec salade printanière

20 min



Steak de bœuf



Petit pain artisan



Mayonnaise



Raifort



Moutarde à l'ancienne



Oignon, en tranches



Purée d'ail



Mélange printanier



Vinaigre de vin rouge



Tomate Roma

BONJOUR RAIFORT

Cette racine relevée fait partie de la même famille que le wasabi!

D'abord

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

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steak de bœuf	285 g	570 g
Petit pain artisan	2	4
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Raifort	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon, en tranches	113 g	226 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Mélange printanier	56 g	113 g
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Roma Tomato	160 g	320 g
Sucre*	1 ¼ c. à thé	2 ½ c. à thé
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). 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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous rejoindre

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

    @HelloFreshCA



Préparer

- Couper les **tomates** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise**, la **moutarde** et le **raifort**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger. Réserver.
- Sécher les **steaks** avec un essuie-tout, puis **saler** et **poivrer**.



Griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux. Les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson.
- Griller dans le **haut** du four de 2 à 3 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Caraméliser les oignons

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter ½ c. à soupe d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **oignons**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent légèrement.
- Ajouter la **purée d'ail** et 1 c. à thé de **sucre** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler**. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** soient doré foncé.
- Retirer la poêle du feu, puis ajouter la **moitié** du **vinaigre**.
- Réserver les **oignons** dans une assiette.



Assembler la salade

- Dans un grand bol, ajouter 1 c. à soupe d'**huile**, ¼ c. à thé de **sucre** (doubler les qtés pour 4 pers.) et le **reste** du **vinaigre**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier** et les **tomates**, puis bien mélanger.



Cuire les steaks

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter 1 c. à soupe d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **steaks**.
- Poêler de 3 à 4 min par côté, jusqu'à l'obtention de la cuisson désirée**.



Terminer et servir

- Trancher finement les **steaks**.
- Étendre la **sauce au raifort** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir de **steak** et d'**oignons caramélisés**. Refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs au steak** et la **salade** dans les assiettes.

Le souper, c'est réglé!