

Steaks enroulés de bacon

avec purée de pommes de terre et choux de Bruxelles érablé-Dijon

Spéciale

40 minutes



Steak de haut de surlonge



Tranches de bacon



Ciboulette



Parmesan, râpé grossièrement



Sel d'ail



Pomme de terre Russet



Choux de Bruxelles



Sirop d'érable



Moutarde de Dijon



Vinaigrette César

BONJOUR CHOUX DE BRUXELLES

Les choux de Bruxelles font partie de la même famille que le chou : Brassica!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °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, épluche-légumes, cuillères à mesurer, presse-purée, tamis, grand bol, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Steak de haut de surlonge	285 g	570 g
Tranches de bacon	100 g	200 g
Ciboulette	7 g	14 g
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Choux de Bruxelles	227 g	454 g
Sirop d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Moutarde de Dijon	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Vinaigrette César	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Lait*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire le bacon et les steaks jusqu'à ce que leur température interne atteigne respectivement au moins 71 °C (160 °F) et 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



Cuire les choux de Bruxelles

- Couper les **choux de Bruxelles** en deux (couper les plus gros en quatre).
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **choux de Bruxelles** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 16 à 20 min, jusqu'à ce que les **choux de Bruxelles** soient tendres.



Préparer la vinaigrette érable-Dijon

- Entre-temps, émincer la **ciboulette**.
- Dans un grand bol, ajouter le **sirop d'érable**, la **moitié** de la **ciboulette** et la **moutarde**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.



Préparer

- Entre-temps, éplucher, puis couper les **potatoes de terre** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes de terre** d'**assez d'eau** (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter **2 c. à thé** de **sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen.
- Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes de terre**.



Assaisonner les pommes de terre

- Égoutter les **potatoes de terre** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter le **parmesan**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre** et **3 c. à soupe** (6 c. à soupe) de **lait**, puis écraser les **potatoes de terre** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Cuire les steaks

- Entre-temps, sécher les **steaks** avec un essuie-tout. Assaisonner de **sel d'ail** et **poivrer**, puis enrouler **2 tranches de bacon** autour de **chaque steak**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **steaks enroulés de bacon**. Saisir de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Retirer la poêle du feu, puis transférer les **steaks enroulés de bacon** sur une autre plaque à cuisson non recouverte. Rôtir dans le **haut** du four de 6 à 10 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et que les **steaks** atteignent la cuisson désirée**.



Terminer et servir

- Dans le bol contenant la **vinaigrette érable-Dijon**, ajouter les **choux de Bruxelles**, puis remuer pour enrober.
- Répartir les **choux de Bruxelles**, la **purée de pommes de terre** et les **steaks** dans les assiettes.
- Parsemer la **purée de pommes de terre** du **reste** de la **ciboulette**. Servir la **vinaigrette César** comme trempette.

Le souper, c'est réglé!