



Œufs et bacon à l'érable et au poivre noir façon cabane à sucre avec pancakes aux pommes et au cheddar

Cabane à sucre 30 minutes



Tranches de bacon
200 g | 400 g

Protéine personnalisable + Ajouter Changer ou x2 Doubler

Si vous avez choisi de modifier votre protéine, il vous suffit de suivre les icônes et les instructions spécifiques au verso de la fiche dans la colonne de droite, et le tour est joué. Vous pouvez également consulter votre recette personnalisée en ligne, à la page [hellofresh.ca](https://www.hellofresh.ca)



- Tranches de bacon
100 g | 200 g
- Œuf
2 | 4
- Mélange à pâte tout usage
150 g | 300 g
- Pomme Gala
1 | 2
- Bébés épinards
56 g | 113 g
- Cheddar, râpé
½ tasse | 1 tasse
- Pacanes
28 g | 56 g
- Sirop d'érable
4 c. à soupe | 8 c. à soupe
- Poivre noir concassé
1 c. à thé | 2 c. à thé
- Vinaigre de vin rouge
½ c. à soupe | 1 c. à soupe

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.

1



Griller les pacanes

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Ajouter les **pacanes** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Griller dans le **haut** du four de 3 à 4 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **pacanes** soient dorées. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!) Retirer du feu et transférer les **pacanes** dans une assiette.
- Réserver la plaque à cuisson.

2



Préparer

- Éviter la **pomme**. Râper grossièrement la **moitié** de la **pomme**. Trancher finement le **reste** de la **pomme**.
- Dans un grand bol, ajouter la **moitié** du **vinaigre** (toute la qté pour 4 pers.), **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) de **sirop d'érable** et **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger. C'est votre **vinaigrette**!
- Dans un bol moyen, combiner le **mélange à pâte tout usage** et **¾ tasse** (1 ½ tasse) d'**eau**, puis fouetter jusqu'à ce que le **mélange** soit homogène. Ajouter les **pommes râpées** et le **cheddar**, puis mélanger jusqu'à ce que le tout soit combiné.

3



Cuire le bacon et commencer les pancakes

*2 Doubler | Tranches de bacon

- Disposer avec précaution les **tranches de bacon** sur la plaque à cuisson préparée utilisée pour griller les **noix**. Assaisonner de **poivre noir concassé**. Rôtir au **centre** du four de 8 à 9 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit entièrement cuit et presque croustillant**.
- Pendant que le **bacon** cuit, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde. Verser la **pâte** dans la poêle pour **3 pancakes** à la fois, en utilisant **¼ tasse** de **pâte** pour chacun. Cuire d'un côté de 2 à 3 min.

4



Terminer les pancakes et le bacon

- Lorsque des bulles commenceront à se former à la surface, retourner **chaque pancake** à l'aide d'une spatule. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les **pancakes** soient dorées. (**CONSEIL** : Réduire à feu moyen-doux si les pancakes dorent trop rapidement.)
- Transférer les **pancakes** dans une assiette, puis couvrir de papier d'aluminium pour garder chaud.
- Répéter les étapes avec le **reste** de la **pâte**, en ajoutant **½ c. à soupe** de **beurre** chaque fois et **¼ tasse** de **pâte** par **pancake**.
- Une fois que le **bacon** aura cuit pendant 8 min, le retirer du four avec précaution. Arroser **chaque tranche** de **½ c. à thé** de **sirop d'érable**. Terminer la cuisson au four de 4 à 6 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et glacé**.

5



Cuire les œufs

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde. (**REMARQUE** : Il est aussi possible de poêler les œufs en utilisant **½ c. à soupe** d'huile plutôt que du beurre.)
- Craquer et ajouter **2 œufs** (4 œufs). **Saler** et **poivrer**. Poêler à couvert de 2 à 3 min, jusqu'à ce que les **blancs d'œufs** se figent**. (**REMARQUE** : Les jaunes d'œufs seront encore liquides.)

6



Terminer et servir

- Ajouter les **épinards**, les **pacanes** et le **reste** des **pommes** dans le bol contenant la **vinaigrette**. Remuer pour enrober.
- Répartir les **pancakes**, la **salade** et le **bacon** dans les assiettes.
- Garnir les **pancakes** des **œufs**.
- Servir le **reste** du **sirop d'érable** comme trempette.

Unités de mesure à chaque étape | 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'huile | 2 personnes | 4 personnes | Ingrédient

3 | Cuire le bacon et commencer les pancakes

*2 Doubler | Tranches de bacon

Si vous avez doublé le **bacon**, le préparer, le cuire et le servir de la même façon que la recette vous indique de préparer, de cuire et de servir la **portion régulière de bacon**.

** Cuire les œufs jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et cuire le bacon jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.