

Tarte au bison

avec salade de raisins au vinaigre balsamique

Spécial bison

45 minutes



Bison haché maigre



Pâte feuilletée



Mirepoix



Mélange roquette et épinards



Base pour sauce tomate



Concentré de bouillon de bœuf



Farine tout usage



Petits pois



Gousses d'ail



Vinaigre balsamique



Raisins rouges



Thym

BONJOUR BISON

Bien que son goût soit similaire, ce morceau de viande savoureux est plus maigre que le bœuf!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, grand bol, petit bol, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive, plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po)

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bison haché maigre	250 g	500 g
Pâte feuilletée	340 g	680 g
Mirepoix	113 g	227 g
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Base pour sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Concentré de bouillon de bœuf	2	4
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Petits pois	56 g	113 g
Gousses d'ail	1	2
Vinaigre balsamique	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Raisins rouges	85 g	170 g
Thym	7 g	7 g
Sucre*	1/8 c. à thé	1/4 c. à thé
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

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 joindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Préparer

Dans une grande poêle antiadhésive, ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire fondre à feu doux. Entre-temps, détacher de la branche **2 c. à thé** de **feuilles de thym** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les hacher finement. Transférer le **beurre** fondu dans un petit bol. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.



2 Commencer la garniture

Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **mirepoix**. **Saler et poivrer**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent légèrement. Ajouter l'**ail**, les **petits pois** et la **moitié** du **thym**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme. Réserver dans un bol moyen.



3 Terminer la garniture

Faire chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** de **beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bison**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **bison** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. **Saler et poivrer**. Incorporer la **base pour sauce tomate** et **1/2 c. à thé** de **vinaigre** (doubler la quantité pour 4 personnes). Saupoudrer de **farine**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant sans arrêt jusqu'à ce que le tout soit combiné. Ajouter les **légumes** contenus dans le bol moyen, les **concentrés de bouillon** et **3/4 tasse** d'**eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Porter à légère ébullition. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler et poivrer**, au goût.



4 Assembler et faire cuire la tarte

Transférer la **garniture au bison** dans un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) (plat de cuisson de 23 x 33 cm [9 x 13 po] pour 4 personnes). Dérouler la **pâte feuilletée** et jeter le papier ciré. Déposer la **pâte feuilletée** sur le dessus de la **garniture** et pincer les **bords de la pâte** sur le côté du plat de cuisson. Badigeonner le **dessus** de **beurre fondu**, puis saupoudrer de **1/4 c. à thé** de **sel** (doubler la quantité pour 4 personnes) et du **reste** du **thym**. À l'aide d'un couteau, faire **3 petites fentes** sur le **dessus de la pâte** (6 fentes pour 4 personnes). Mettre le plat sur une plaque à cuisson. Faire cuire au **centre** du four de 20 à 25 minutes, en tournant le plat à mi-cuisson, jusqu'à ce que la **pâte** soit dorée et feuilletée.



5 Faire la salade

Entre-temps, couper les **raisins** en deux. Dans un grand bol, ajouter le **reste** du **vinaigre**, **1/8 c. à thé** de **sucre** et **1 1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler et poivrer**, puis mélanger en fouettant. Lorsque la **tarte** est presque prête, ajouter les **raisins** et le **mélange roquette et épinards** dans le bol, puis bien mélanger.



6 Terminer et servir

Laisser la **tarte** reposer de 3 à 5 minutes. Répartir la **tarte** dans les assiettes. Servir la **salade** en accompagnement.

Le repas est prêt!