

Croquettes de porc aux échalotes frites

avec sauce, purée de pommes de terre et brocoli

Découverte

30 minutes



Porc haché



Moutarde de Dijon



Chapelure panko



Échalotes frites



Concentré de bouillon de poulet



Mélange d'épices pour sauce brune



Pomme de terre Russet



Fleurons de brocoli



Sel d'ail

BONJOUR MÉLANGE D'ÉPICES POUR SAUCE BRUNE

Le mélange idéal pour épaissir les sauces et ajouter de la saveur à n'importe quel plat!

D'abord

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

Matériel requis

2 plaques à cuisson, épluche-légumes, passoire, poêle antiadhésive moyenne, cuillère à mesurer, presse-purée, assiette creuse, grand bol, papier parchemin, tasses à mesurer, fouet, grande casserole

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Moutarde de Dijon	1 ½ c. à thé	3 c. à thé
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Échalotes frites	112 g	224 g
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Mélange d'épices pour sauce brune	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Pomme de terre Russet	460 g	920 g
Fleurons de brocoli	227 g	454 g
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Lait*	5 c. à soupe	10 c. à soupe
Beurre non salé*	3 ½ c. à soupe	7 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** 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'app.

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



Cuire les pommes de terre

- Peler, puis couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** 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-élevé. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres.
- Égoutter les **potatoes** et remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter **2 c. à soupe de beurre** et **2 c. à soupe de lait** (doubler les qtés pour 4 pers.), puis écraser les **potatoes** jusqu'à l'obtention d'une texture crémeuse. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Rôtir le brocoli

- Entre-temps, sur une plaque à cuisson, saupoudrer le **brocoli** du **reste du sel d'ail** et arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir dans le **haut** du four de 12 à 14 min, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **brocoli** soit doré et tendre.



Préparer

- Entre-temps, ajouter dans un grand bol la **chapelure** et **3 c. à soupe de lait** (doubler la qté pour 4 pers.). Bien mélanger. Réserver.
- Faire une petite entaille dans les emballages d'**échalotes frites**. Écraser délicatement les **échalotes** dans leur emballage avec vos mains ou à l'aide d'une poêle à fond épais pour les réduire en petites miettes.
- Transférer les **échalotes frites** dans une assiette creuse.
- Couper les gros **fleurons de brocoli** en bouchées.



Préparer la sauce

- À la mi-cuisson des **croquettes** et du **brocoli**, chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 ½ c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Parsemer du **reste du mélange pour sauce brune**. Cuire pendant 30 s, en fouettant souvent, jusqu'à ce que le tout soit combiné.
- Incorporer graduellement au fouet **¾ tasse d'eau** (doubler la qté pour 4 pers.) et le **concentré de bouillon**. Porter à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 1 à 2 min, en fouettant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Former et cuire les croquettes

- Dans le grand bol contenant la **chapelure** et le **lait**, ajouter le **porc**, la **moutarde**, la **moitié du sel d'ail** et **½ c. à soupe du mélange pour sauce brune** (doubler la qté pour 4 pers.). **Poivrer**, puis mélanger.
- Former à partir du **mélange 4 galettes ovales de taille égale et de 2,5 cm (1 po) d'épaisseur** (8 galettes pour 4 pers.).
- Presser **une galette** à la fois dans le mélange **chapelure-échalote** pour enrober tous les côtés.
- Transférer les **galettes** sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Rôtir au **centre** du four de 12 à 14 min, jusqu'à ce que les **galettes** soient entièrement cuites**.



Terminer et servir

- Répartir les **croquettes**, la **purée** et le **brocoli** dans les assiettes.
- Napper les **croquettes** et la **purée de sauce**.

Le souper, c'est réglé!