



Pains pita au bœuf haché à l'italienne

Avec des pommes de terre, des tomates au pesto et de la salade



VARAS ROUGE

Ce plat appelle un vin de caractère tel que ce Varas Rouge : intense et complexe, il a des arômes de framboise et de cerise.



Quartiers de pommes de terre ✨



Romarin séché



Pains pita blancs



Tomate ✨



Pesto vert ✨



Haché de bœuf épicé à l'italienne ✨



Iceberg et mâche ✨

Total : 20-25 min.

Quick & Easy

Facile

Family

À manger dans les 3 jours

Avec du bœuf haché épicé à l'italienne, du pesto vert et du romarin, ce plat est la variante italienne du célèbre shawarma. Disposez les différentes préparations sur la table pour que chacun puisse garnir son petit pain : facile et convivial !

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Plaque recouverte de papier sulfurisé, saladier et poêle.

Recette de **pains pita au bœuf haché à l'italienne** : c'est parti !



1 CUIRE LES POMMES DE TERRE

Préchauffez le four à 220 degrés. Disposez les **quartiers de pommes de terre** sur la plaque recouverte de papier sulfurisé, arrosez avec la moitié de l'huile d'olive, saupoudrez de **romarin**, puis salez et poivrez. Enfouissez 18 à 22 minutes ou jusqu'à ce que les **potatoes** soient légèrement croustillantes. Retournez à mi-cuisson.



2 CUIRE LES PAINS PITA

Humectez les **pains pita**, puis réchauffez-les au four lors des 5 dernières minutes de cuisson des **potatoes** ou passez-les au grille-pain.



3 PRÉPARER LA SALADE

Pendant ce temps, taillez les **tomates** en rondelles et mélangez-les au **pesto** dans le saladier.



4 CUIRE LE HACHIS

Faites chauffer la poêle à feu moyen-vif et faites-y cuire le **hachis de bœuf** 5 minutes en le détachant dans le reste d'huile d'olive.



5 MÉLANGER LE HACHIS

Mélangez-le ensuite à la **salade de tomates au pesto**, puis salez et poivrez.



6 SERVIR

Servez les **pains pita** sur les assiettes. À table, chacun garnit soi-même les **pains pita** avec la **salade de tomates au pesto** et le **mélange à l'iceberg**. Accompagnez le tout des **quartiers de pommes de terre**.

★**CONSEIL** : S'il vous reste un pain pita, passez-le pain au grille-pain le lendemain avec une tranche de fromage !

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Quartiers de pommes de terre (g) *	200	400	600	800	1000	1200
Romarin séché (cc)	1	2	3	4	5	6
Pains pita blancs (pc) 1)	1	2	3	4	5	6
Tomate (pc) *	2	3	4	5	6	7
Pesto vert (g) 7) 8) *	40	80	120	160	200	240
Haché de bœuf épicé à l'italienne (g) *	100	200	300	400	500	600
Iceberg et mâche (g) 23) *	40	60	80	120	140	160
Huile d'olive* (cs)	1	2	3	4	5	6
Poivre et sel*	Selon le goût					

*À ajouter vous-même | * Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	4188 / 1001	801 / 191
Lipides total (g)	54	10
Dont saturés (g)	13,1	2,5
Glucides (g)	85	16
Dont sucres (g)	15,9	3,0
Fibres (g)	9	2
Protéines (g)	40	8
Sel (g)	1,5	0,3

ALLERGÈNES

1) Gluten 7) Lait/lactose 8) Noix
Peut contenir des traces de : 23) Céliéri

Nous aimerions beaucoup savoir ce que vous pensez de HelloFresh. N'hésitez pas à nous appeler, à nous écrire ou à nous contacter via les réseaux sociaux.



www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be
SEMAINE 04 | 2018