

# Petits pains de viande garnis de pommes de terre



Recette par Kraft

Prép.	Prêt en	Portions
15 min	40 min	Donne 4 portions de 2 pains de viande garnis (360 g) chacune

## ce qu'il vous faut

- 1 lb (450 g) de bœuf haché extramaigre
- 1 paquet (120 g) de mélange à farce STOVE TOP moins de sodium pour poulet
- 1 tasse d' eau
- 125 g (1/2 paquet de 250 g) de fromage à la crème à tartiner PHILADELPHIA léger en brique, coupé en cubes
- 2 gousses d' ail, finement hachées
- 2 tasses de purée de pommes de terre chaude
- 1/4 tasse de persil frais haché
- 1 boîte (10 oz ou 284 ml) de sauce au bœuf *Heinz*, chaude

## ce qu'il faut faire

Chauffer le four à 375 °F.

Mélanger la viande, le mélange à farce et l'eau; presser ce mélange au fond de 8 alvéoles d'un moule à muffins vaporisé d'un enduit à cuisson.

Cuire les pains de viande au four de 20 à 25 min ou jusqu'à ce qu'ils soient cuits (160 °F).

Mélanger le fromage à la crème, l'ail et la purée de pommes de terre; remuer jusqu'à ce que le fromage à la crème ait fondu. Incorporer le persil. Déposer ce mélange sur les pains de viande. Accompagner de sauce.

## Trucs culinaires

### Une touche d'éclat

## Nutrition

### Portions

Donne 4 portions de 2 pains de viande garnis (360 g) chacune

Pour rehausser la saveur de ce plat, ajoutez 2 cuillerées à soupe de sauce barbecue *Bull's-Eye* au mélange à la viande avant de le presser au fond des alvéoles du moule à muffins, comme indiqué.

### Information nutritionnelle

Portion Donne 4 portions de 2 pains de viande garnis (360 g) chacune

#### QUANTITÉ PAR PORTION

Calories	490
----------	-----

#### % de la valeur quotidienne

<b>Matières grasses</b>	<b>18g</b>
-------------------------	------------

Matières grasses saturées	9g
---------------------------	----

<b>Cholestérol</b>	<b>90mg</b>
--------------------	-------------

<b>Sodium</b>	<b>1210mg</b>
---------------	---------------

<b>Glucides</b>	<b>45g</b>
-----------------	------------

Fibres alimentaires	4g
---------------------	----

Sucres	4g
--------	----

<b>Protéines</b>	<b>37g</b>
------------------	------------

Vitamine A	10 %DV
------------	--------

Vitamine C	20 %DV
------------	--------

Calcium	10 %DV
---------	--------

Fer	35 %DV
-----	--------

L'information nutritionnelle est offerte uniquement à titre de renseignement et indiquée en fonction des ingrédients et de la méthode de cuisson de chaque recette. Cette information peut varier selon le mode de préparation du mets, de l'origine et de la fraîcheur des ingrédients.