

Crevettes à l'érable et bacon au piment

avec salade de roquette et d'épinards

20 minutes



Crevettes



Tranches de bacon



Mais en conserve



Ciboulette



Crème sure



Mayonnaise



Assaisonnement
au chili



Petit pain ciabatta



Sirop d'érable



Vinaigre de vin blanc



Tomates Roma



Mélange roquette
et épinards

BONJOUR MÉLANGE ROQUETTE ET ÉPINARDS

Le doux épinard et la piquante roquette s'unissent pour vous offrir le meilleur des deux mondes!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (température élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, passoire, cuillères à mesurer, papier d'aluminium, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Tranches de bacon	100 g	200 g
Maïs en conserve	56 g	113 g
Ciboulette	7 g	7 g
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Assaisonnement au chili	½ c. à thé	1 c. à thé
Petit pain ciabatta	1	2
Sirop d'érable	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Tomates Roma	80 g	160 g
Mélange roquette et épinards	113 g	226 g
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire les crevettes et le bacon jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement.

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



Faire griller le maïs

Égoutter et rincer le **maïs**, puis le sécher avec un essuie-tout. Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter le **¼** du **maïs** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans la poêle sèche. **Saler** et **poivrer**. Couvrir et faire cuire de 5 à 6 minutes, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que le **maïs** soit bien doré. Réserver dans une assiette.



Préparer

Pendant que le **maïs** cuit, trancher le **bacon** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Égoutter les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. Sur une plaque à cuisson tapissée de papier d'aluminium, arroser les **crevettes** de la **moitié** du **sirop d'érable**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.



Faire cuire le bacon et les crevettes

Faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 1) à feu moyen-élevé. Ajouter le **bacon** à la poêle sèche. Saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement au chili** (utiliser toute la quantité pour 4 personnes). Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant, de 4 à 5 minutes**. Réserver dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Pendant que le **bacon** cuit, faire griller les **crevettes** au **centre** du four jusqu'à ce qu'elles deviennent roses, de 5 à 6 minutes**.



Terminer la préparation

Pendant que les **crevettes** grillent, couper le **petit pain ciabatta** en deux, puis en morceaux de 1,25 cm (½ po). Émincer la **ciboulette**. Hacher grossièrement les **tomates**. Dans un grand bol, fouetter la **crème sure**, le **vinaigre**, la **ciboulette**, la **mayonnaise** et **¼ c. à thé** de **sucre** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**.



Préparer les croûtons

Sur une autre plaque à cuisson, arroser les morceaux de **pain ciabatta** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire griller sur la grille du **bas** du four jusqu'à ce que les morceaux de **pain** soient dorés et croustillants, de 3 à 4 minutes. **Saler** et **poivrer**.



Terminer et servir

Arroser les **crevettes** du **reste** du **sirop d'érable**. Ajouter le **mélange roquette et épinards**, les **tomates** et les **croûtons** au grand bol contenant la **vinaigrette**. Bien mélanger. Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir du **maïs grillé**, du **bacon au piment** et des **crevettes**.

Le repas est prêt!