

# Sandwichs ouverts fromagés aux pois chiches et au pesto

avec salade à la vinaigrette balsamique

Végé

25 minutes



Petits pains ciabatta



Pois chiches



Tomates Roma



Pesto au basilic



Mozzarella fraîche



Mélange roquette et épinards



Glaçage balsamique



BONJOUR PESTO AU BASILIC

*Cette sauce sucrée et herbacée rehausse les plats savoureux!*

## 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, bol moyen, cuillères à mesurer, presse-purée, tamis, papier d'aluminium, grand bol, fouet, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Petits pains ciabatta	2	4
Pois chiches	398 ml	796 ml
Tomates Roma	160 g	320 g
Pesto au basilic	¼ tasse	½ tasse
Mozzarella fraîche	125 g	250 g
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Huile*		

Sel et poivre\*

\* Essentiels à avoir à la maison

## Allergènes

Hé, 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

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



## Préparer

Couper la **moitié** des **tomates** en tranches de 0,3 cm (1/8 po). Couper le **reste** des **tomates** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po). Sécher la **mozzarella** avec un essuie-tout, puis la couper en rondelles de 0,3 cm (1/8 po). Trancher les **petits pains** en deux sur la largeur. Égoutter et rincer les **pois chiches** dans un tamis, en réservant leur **liquide**.



## Assembler et faire griller les sandwiches

Badigeonner les **pains** du **reste** du **pesto**, puis couronner de **garniture** aux pois chiches et de **tomates tranchées**. **Saler**, puis garnir de **mozzarella**. Faire gratiner sur la grille du **haut** du four jusqu'à ce que la **mozzarella** fonde, de 2 à 3 minutes. (**CONSEIL** : Surveiller les sandwiches pour ne pas les brûler!)



## Préparer la garniture aux pois chiches

Ajouter les **trois quarts** du **pesto**, les **trois quarts** des **pois chiches**, **1 c. à soupe** de **liquide à pois chiches** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes) dans un bol moyen. À l'aide d'un presse-purée, écraser grossièrement les **pois chiches** et en laisser certains entiers. (**CONSEIL** : Pour une consistance moins dense, continuer d'ajouter 1 c. à soupe de liquide à pois chiches à la fois, au goût.) **Saler** et **poivrer**, au goût.



## Assembler la salade

Pendant que les **sandwichs** gratinent, fouetter dans un grand bol la **moitié** du **glaçage balsamique** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Ajouter le **mélange roquette et épinards**, les **morceaux de tomates** et le **reste** des **pois chiches**. **Saler** et **poivrer**, au goût. Bien mélanger.



## Faire griller les pains

Disposer les **pains** sur une plaque à cuisson tapissée de papier d'aluminium, côté coupé vers le haut. Badigeonner de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler**. Faire griller les **pains** sur la grille du **haut** du four de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



## Terminer et servir

Verser en filet le **reste** du **glaçage balsamique** sur les **sandwichs ouverts**. Répartir les **sandwichs** et la **salade** dans les assiettes.

## Le repas est prêt!