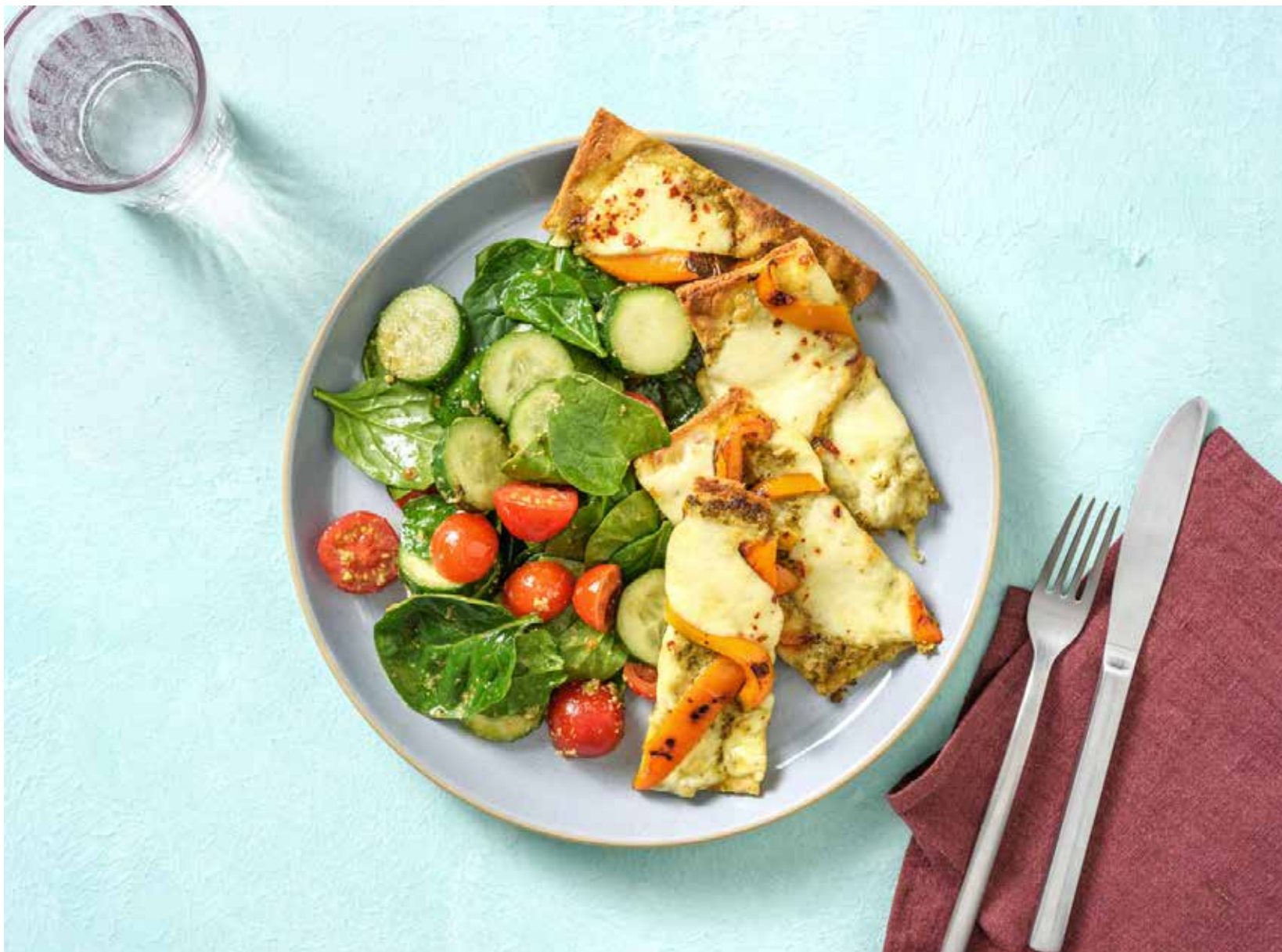


Pain plat au pesto et à la mozzarella avec salade du jardin

Épicée (au goût)

Végé

30 minutes



Pains plats



Pesto au basilic



Mozzarella fraîche



Bébés épinards



Poivron



Petites tomates



Flocons de piment



Vinaigre de vin blanc



Mini concombres

BONJOUR FLOCONS DE PIMENT

Une pincée suffit pour donner du piquant 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.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 (doubler la quantité pour 4 personnes) :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Épicé : 1 c. à thé

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Pains plats	2	4
Pesto au basilic	¼ tasse	½ tasse
Mozzarella fraîche	250 g	500 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Poivron	160 g	340 g
Petites tomates	113 g	227 g
Flocons de piment 🌶️	1 c. à thé	1 c. à thé
Vinaigre de vin blanc	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Mini concombres	66 g	132 g
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

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 rôtir les pains plats

Disposer les **pains plats** sur une plaque à cuisson. Faire rôtir au **centre** du four jusqu'à ce qu'ils soient dorés, de 2 à 3 minutes par côté. Réserver. **(REMARQUE :** Pour 4 personnes, utiliser 2 plaques à cuisson et faire rôtir sur les grilles du centre et du haut, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Terminer les pains plats

En travaillant directement sur la plaque à cuisson, répartir et étendre le **reste** du **pesto** sur **chaque pain plat rôti**, puis garnir de **poivrons** et de **mozzarella déchirée**. Saupoudrer de ¼ c. à thé de **flocons de piment**. **(REMARQUE :** Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Faire griller les **pains plats assemblés** au **centre** du four jusqu'à ce que le **fromage** fonde, de 5 à 6 minutes. **(REMARQUE :** Pour 4 personnes, faire rôtir sur les grilles du centre et du haut, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)



Préparer et faire la vinaigrette

Pendant que les **pains plats** grillent, couper les **tomates** en deux. Couper le **concombre** en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Éviter le **poivron**, puis le couper en lanières fines. Déchirer la **mozzarella** en bouchées moyennes. Dans un grand bol, fouetter ½ c. à soupe de **vinaigre de vin blanc**, 1 c. à thé de **pesto** et ½ c. à soupe d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler et poivrer**. Réserver.



Terminer et servir

Ajouter les **épinards**, les **concombres** et les **tomates** dans le grand bol contenant la **vinaigrette**, puis bien mélanger. Couper les **pains plats** en quartiers. Répartir les **pains plats** et la **salade** dans les assiettes.

Le repas est prêt!



Faire cuire le poivron

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter ½ c. à soupe d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les morceaux de **poivron**. Faire cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 4 à 6 minutes. **Saler et poivrer**.