

Pains plats grillés au pesto, mozzarella et nectarines avec salade de tomates

Grillade

Végé

30 Minutes



Mozzarella fraîche



Mélange roquette et épinards



Basilic



Tomates cerises anciennes



Mini concombre



Pains plats



Vinaigre de vin rouge



Nectarine



Pesto au basilic



Glaçage balsamique



Parmesan, râpé

BONJOUR NECTARINE

Ce fruit sucré à noyau se marie délicieusement avec des ingrédients salés!

D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer un côté du barbecue à 205 °C (400 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Plaque à cuisson, grand bol, fouet, petit bol

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Mozzarella fraîche	125 g	250 g
Mélange roquette et épinards	56 g	113 g
Basilic	7 g	14 g
Tomates cerises anciennes	113 g	227 g
Mini concombre	66 g	132 g
Pains plats	2	4
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Nectarines	135 g	270 g
Pesto au basilic	¾ tasse	1 tasse
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	2 c. à soupe
Parmesan, râpé grossièrement	¾ tasse	¾ tasse
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
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 #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Préparer

Couper le **concombre** en rondelles de 0,5 cm (¼ po). Couper les **tomates** en deux. Couper la **nectarine** en quatre, en évitant le noyau, puis couper les sections en tranches de 0,5 cm (¼ po). Retirer les **feuilles de basilic** de leurs branches. Dans un petit bol, ajouter les **tranches de nectarines** et **½ c. à soupe** de **glaçage balsamique** (doubler la quantité pour 4 personnes). Bien mélanger.



Faire griller les pains plats

Placer les **pains plats** sur le côté de la grille qui n'est pas allumé. Refermer le couvercle et faire griller jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **pains plats** soient grillés, de 5 à 8 minutes. (REMARQUE : Faire cuire les pains plats à feu indirect permet au fromage de fondre et de rendre les plats croustillants sans les brûler.)



Faire mariner les légumes

Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre**, **¼ c. à thé** de **sucre** et **2 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Ajouter les **tomates** et les **concombres**. Bien mélanger. Réserver.



Assembler la salade

Ajouter le **mélange roquette et épinards** au grand bol contenant les **tomates** et les **concombres**. Bien mélanger.



Assembler les pains plats

Disposer les **pains plats** sur une plaque à cuisson. En travaillant directement sur la plaque à cuisson, tartiner le **pesto** sur **chaque pain plat**, puis garnir de **nectarines marinées**. Saupoudrer de **parmesan** et déchiqueter la **mozzarella** sur le dessus. (REMARQUE : Vous ferez griller les pains plats directement sur le grill. La plaque à cuisson servira de planche de travail pour assembler les pains plats et les transférer sur le grill.)



Terminer et servir

Couper les **pains plats** en quatre, puis arroser du **reste** du **glaçage balsamique**. Parsemer de **feuilles de basilic** déchiquetées. Répartir les **pains plats** dans les assiettes et servir la **salade** en accompagnement.

Le repas est prêt!