

Pizzas aux crevettes et au pesto avec mozzarella

Familiale

30 minutes



Crevettes



Pains plats



Pesto au basilic



Mini concombres



Mozzarella, râpée



Poivron



Citron



Mélange printanier



Flocons de piment

BONJOUR CREVETTES

Nos crevettes proviennent de fournisseurs écoresponsables; c'est notre façon d'aider à préserver la santé de nos océans!

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 5 :

- Doux : 1/8 c. à thé
- Moyen : 1/4 c. à thé
- Épicé : 1/2 c. à thé
- Très épicé : 1 c. à thé

Matériel requis

Plaque à cuisson, râpe à zester/zesteur, cuillères à mesurer, tamis, 2 grands bols, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Pains plats	2	4
Pesto au basilic	1/4 tasse	1/2 tasse
Mini concombres	66 g	132 g
Mozzarella, râpée	3/4 tasse	1 1/2 tasse
Poivron	160 g	320 g
Citron	1	2
Mélange printanier	56 g	113 g
Flocons de piment 🌶️	1 c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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.)



Faire cuire les morceaux de poivron et les crevettes

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les morceaux de **poivron**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **poivrons** soient tendres. Réserver dans une assiette. Dans la même poêle, ajouter les **crevettes**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses. (** **CONSEIL** : Ne pas surcharger la poêle. Faire cuire les crevettes en 2 étapes pour 4 personnes.)



Préparer et faire la vinaigrette

Pendant que les **pains plats** rôtissent, trancher les **concombres** en rondelles de 0,5 cm (1/4 po). Évider, puis couper le **poivron** en lanières de 0,5 cm (1/4 po). Zester, puis presser la **moitié** du **citron**. Couper le **reste** du **citron** en quartiers. Dans un grand bol, fouetter **1 c. à thé** de **pesto**, **1/2 c. à soupe** de **jus de citron** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Réserver.



Terminer les pains plats

Sur la plaque, étaler le **reste** du **pesto** sur **chaque pain plat**. Garnir de **crevettes**, des **poivrons** et de **fromage**. Parsemer les **pizzas** de **1/4 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 qu'ils soient chauds, de 2 à 3 minutes. (**CONSEIL** : Pour 4 personnes, faire cuire 2 pizzas à la fois, en 2 étapes.)



Préparer les crevettes

À l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. Dans un autre grand bol, ajouter le **zeste de citron**, les **crevettes** et **1/2 c. à soupe** d'**huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger, puis réserver.



Terminer et servir

Ajouter le **mélange printanier** et les **concombres** au grand bol contenant la **vinaigrette**. Bien mélanger. Couper les **pizzas** en morceaux. Répartir les **pizzas** et la **salade** dans les assiettes. Arroser du jus d'un **quartier de citron**, au goût.

Le repas est prêt!