

Salade César aux crevettes grillées au poivre au citron avec avocat et croûtons

Grillade

30 minutes



Crevettes



Bébé épinards



Poivre au citron



Citron



Vinaigrette César



Pain ciabatta



Parmesan, râpé grossièrement



Sel d'ail



Avocat



Brochettes en bois

BONJOUR CITRON GRILLÉ

Faites un condiment passe-partout des agrumes en les grillant pour libérer toutes leurs saveurs intenses et leur jus!

D'abord

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Huiler légèrement la grille du barbecue.
- Pendant la préparation, préchauffer le barbecue à 260 °C (500 °F) à feu moyen-élevé.

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, tamis, grand bol, petit bol, fouet, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Crevettes	285 g	570 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Poivre au citron	1 c. à thé	2 c. à thé
Citron	1	1
Vinaigrette César	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Pain ciabatta	1	2
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	¼ tasse
Sel d'ail	½ c. à thé	1 c. à thé
Avocat	1	2
Brochettes en bois	6	12
Huile*		
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, les 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 rejoindre

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Préparer

- Couper le **citron** en deux.
- Couper le **pain ciabatta** en tranches de 1,25 cm (½ po).
- Dans un petit bol, mélanger **½ c. à soupe d'huile** et **¼ c. à thé de sel d'ail** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Poivrer**, au goût. Badigeonner les deux côtés du **pain ciabatta d'huile à l'ail**.
- Disposer les **tranches de pain ciabatta** et le **citron** sur une plaque à cuisson non recouverte. Réserver.



4 Préparer l'avocat et les croûtons grillés

- Peler, dénoyauter et couper l'**avocat** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Couper ou déchirer les **tranches de pain grillées** en morceaux de 1,25 cm (½ po).



2 Préparer les crevettes

- À l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout.
- Dans un bol moyen, ajouter les **crevettes** et **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Saupoudrer de **¼ c. à thé de sel d'ail** et de **1 c. à thé de poivre au citron** (doubler les quantités pour 4 personnes), puis bien mélanger.
- Enfiler les **crevettes** sur les brochettes.
- Réserver dans une assiette.



5 Assembler la salade

- Dans un grand bol, presser **une moitié de citron** (utiliser le citron entier pour 4 personnes). Ajouter la **vinaigrette César** et bien mélanger au fouet.
- Ajouter les **épinards**, l'**avocat**, la **moitié des croûtons** et la **moitié du parmesan**. **Poivrer** et bien mélanger.



3 Faire griller les crevettes et le pain ciabatta

- Disposer les **brochettes de crevettes** et les **moitiés de citron**, côté coupé vers le bas, sur un côté de la grille du barbecue. Refermer le couvercle et faire griller de 2 à 3 minutes. Retirer les **moitiés de citron** du barbecue, puis retourner les **crevettes** et faire griller de 2 à 3 minutes de plus**.
- Lorsque les **crevettes** seront presque cuites, disposer les **tranches de pain** sur l'autre côté de la grille du barbecue. Faire cuire de 1 à 2 minutes par côté, en retournant les **tranches** une fois, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)
- Transférer les **brochettes de crevettes** et les **pains ciabatta** sur la plaque à cuisson non recouverte.
- Couvrir pour garder chaud.



6 Terminer et servir

- Répartir la **salade** dans les assiettes. Parsemer du **reste** du **parmesan** et garnir du **reste** des **croûtons**.
- Couronner de **crevettes grillées au poivre au citron**.
- Arroser du jus de la **moitié restante** du **citron grillé**, au goût.

Le repas est prêt!