

Salade Cobb

avec vinaigrette ranch

Faible en glucides

Rapido

25 minutes



Tranches de bacon



Petites tomates



Bébés épinards



Feta, émietté



Pomme Gala



Graines de citrouille



Œuf



Vinaigre de vin blanc



Canneberges séchées



Vinaigrette ranch



Mini concombre

BONJOUR BACON

Délicieusement salé et fumé... voilà un aliment qui rehausse bien les saveurs!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, cuillère à rainures, grand bol, petite casserole, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Tranches de bacon	100 g	200 g
Petites tomates	113 g	227 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Feta, émietté	½ tasse	1 tasse
Pomme Gala	1	2
Graines de citrouille	28 g	56 g
Œuf	2	4
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Canneberges séchées	¼ tasse	½ tasse
Vinaigrette ranch	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Mini concombre	132 g	264 g
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire les œufs et le porc jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F) et 71 °C (160 °F), respectivement.

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 joindre

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Faire bouillir les œufs

- Dans une petite casserole, ajouter **4 tasses d'eau tiède** (doubler la qté pour 4 pers.).
- Porter à ébullition à feu élevé, puis réduire à feu moyen-élevé. À l'aide d'une cuillère, déposer les **œufs** dans l'**eau bouillante**. Cuire pendant 7 min pour un jaune d'œuf coulant ou pendant 9 min pour un jaune d'œuf figé**.
- Égoutter et rincer les **œufs** à l'**eau froide** pendant 30 s, jusqu'à ce qu'ils soient assez frais pour peler.
- Peler, puis couper les **œufs** en deux. **Saler et poivrer**.



4 Cuire le bacon

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter le **bacon**. Cuire de 7 à 10 min, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'il soit croustillant**.
- Retirer la poêle du feu.
- À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bacon** dans une assiette tapissée d'essuie-tout. Réserver.
- Dans un grand bol, réserver **1 c. à soupe de gras de bacon** (doubler la qté pour 4 pers.). Jeter avec précaution le reste.



2 Préparer

- Entre-temps, couper les **tomates** en deux.
- Éviter la **pomme**, puis la couper en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Couper les **concombres** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).



5 Assembler la salade

- Dans le bol contenant le **gras de bacon réservé**, ajouter le **bacon**, les **pommes**, les **tomates**, les **canneberges séchées**, les **concombres**, les **épinards** et le **vinaigre**.
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.



3 Préparer le bacon

- Trancher le **bacon** sur la largeur en lanières de 0,5 cm (¼ po).



6 Terminer et servir

- Répartir la **salade** et les **œufs** dans les assiettes.
- Arroser d'**un filet** de **vinaigrette ranch**.
- Parsemer de **feta** et de **graines de citrouille**.

Le souper, c'est réglé!