Salade de bacon, d'œufs et d'épinards

avec vinaigrette au bacon tiède, pommes de terre et champignons

Faible en glucides | Faible en calories | 30 minutes

Tranches de bacon

Sirop d'érable

Gousses d'ail

Moutarde à l'ancienne

Vinaigre de vin blanc

Échalote

Assaisonnement BBQ

Pomme de terre rouge

Champignons

Bébés épinards

Cheddar, râpé

Œuf cuit dur

BONJOUR BACON

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

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, cuillère à rainures, grand bol, papier parchemin, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Tranches de bacon	100 g	200 g
Sirop d'érable	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Gousses d'ail	1	2
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Échalote	25 g	50 g
Assaisonnement BBQ	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Pomme de terre rouge	300 g	600 g
Champignons	113 g	227 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Cheddar, râpé	¼ tasse	½ tasse
Œuf cuit dur	2	4
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison
** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °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 joindre

Appelez-nous | **(855) 272-7002**
HelloFresh.ca
@HelloFreshCA

1

Rôtir les pommes de terre

- Couper les **pommes de terre** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, arroser les **pommes de terre** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler**, **poivrer** et saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement BBQ** (doubler la qté pour 4 pers.), puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 23 à 25 min ou jusqu'à ce que les **pommes de terre** soient tendres et dorées, en retournant à mi cuisson.

2

Cuire le bacon

- Entre-temps, couper le **bacon** sur la largeur en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Placer le **bacon** dans une grande poêle antiadhésive froide. Cuire à feu moyen- élevé de 5 à 7 min ou jusqu'à ce qu'il soit doré et croustillant, en remuant à l'occasion**.
- Retirer la poêle du feu.
- À l'aide d'une cuillère à rainure, réserver le **bacon** dans une assiette tapissée d'un essuie-tout.
- Transférer avec précaution **½ c. à soupe** de **gras de bacon** (doubler la qté pour 4 pers.) dans un petit bol résistant à la chaleur. Conserver le **reste** du **gras de bacon** dans la poêle.

3

Préparer et mélanger la base de vinaigrette

- Entre-temps, couper les **champignons** en quatre sur une planche à découper propre.
- Peler, puis hacher ou presser l'**ail**.
- Peler l'**échalote**, puis couper la **moitié** en morceaux de 0,5 cm (¼ po) (l'échalote entière pour 4 pers.).
- Écaler les **œufs**.
- Dans un grand bol résistant à la chaleur, fouetter la **moutarde**, le **vinaigre** et la **moitié** du **sirop d'érable** (toute la qté pour 4 pers.).

4

Cuire les champignons

- Chauffer la poêle contenant le **gras de bacon réservé** à feu moyen-élevé.
- Ajouter les **champignons**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **champignons** soient dorés.
- Ajouter la **moitié** de l'**ail**, puis **saler** et **poivrer**, au goût. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.
- Transférer les **champignons** dans une assiette.

5

Préparer la vinaigrette tiède

- Chauffer la même poêle à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** du **gras de bacon** réservé (doubler la qté pour 4 pers.), puis les **échalotes**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **échalotes** dégagent leur arôme.
- Retirer la poêle du feu, puis ajouter le **reste** de l'**ail**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.
- Dans le grand bol contenant la **base de vinaigrette**, transférer avec précaution le **gras de bacon** et les **échalotes**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger en fouettant.

6

Terminer et servir

- Couper les **œufs** en quatre sur la longueur, puis assaisonner d'**une pincée** de **sel** et **poivrer**, au goût.
- Dans le bol contenant la **vinaigrette tiède**, ajouter les **pommes de terre**, les **champignons**, les **épinards** et la **moitié** du **bacon**, puis bien mélanger.
- Répartir la **salade** dans les assiettes.
- Parsemer de **fromage** et du **reste** du **bacon**.
- Garnir des **œufs**.

Le souper, c'est réglé!