

# Salade de clémentines et haloumi

avec menthe, amandes et croûtons

Faible en glucides

Végé

Rapido

25 minutes



Haloumi



Clémentine



Mélange printanier



Menthe



Amandes, tranchées



Ciboulette



Vinaigre de vin blanc



Miel



Moutarde à l'ancienne



Pain ciabatta

BONJOUR HALOUMI

*Ce fromage à griller à la texture ferme et au goût salé fond très lentement!*

## 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, tamis, grand bol, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Haloumi	200 g	400 g
Clémentine	2	4
Mélange printanier	113 g	227 g
Menthe	3 ½ g	7 g
Amandes, tranchées	28 g	56 g
Ciboulette	3 ½ g	7 g
Vinaigre de vin blanc	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Miel	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Pain ciabatta	1	2
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

## 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 | (855) 272-7002  
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



### Griller les amandes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter les **amandes** à la poêle sèche. Griller de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **amandes** soient dorées. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer dans une assiette.



### Poêler l'haloumi

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 1) à feu moyen.
- Ajouter l'**haloumi** à la poêle sèche. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle. Pour 4 pers., griller en plusieurs étapes.) Saisir de 2 à 3 min par côté, jusqu'à ce que l'**haloumi** soit doré.
- Retirer la poêle du feu.



### Rôtir les croûtons

- Entre-temps, couper la **ciabatta** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Sur une plaque à cuisson arroser les **morceaux de ciabatta** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Griller au **centre** du four de 6 à 8 min, jusqu'à ce que les **croûtons** soient dorés.



### Assembler la salade

- Entre-temps, ajouter dans un petit bol la **ciboulette**, la **moutarde**, le **vinaigre**, le **miel** et **2 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger en fouettant.
- Lorsque l'**haloumi** sera prêt, ajouter dans un grand bol les **croûtons**, le **mélange printanier**, la **clémentine** et la **menthe**. Arroser de la **moitié** de la **vinaigrette**, puis bien mélanger.



### Préparer

- Entre-temps, peler, puis séparer les **clémentines** en quartiers.
- Émincer la **moitié** de la **ciboulette** (toute la qté pour 4 pers.).
- Détacher des branches la **moitié** des **feuilles de menthe** (toute la qté pour 4 pers.), puis hacher grossièrement.
- Couper l'**haloumi** en deux sur la longueur, puis en tranches d'une épaisseur de 0,5 cm (¼ po).
- À l'aide d'un tamis, rincer l'**haloumi** à l'**eau froide**, puis bien le sécher avec un essuie-tout.



### Terminer et servir

- Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir d'**haloumi**.
- Arroser du **reste** de la **vinaigrette**.
- Parsemer d'**amandes**.

**Le souper, c'est réglé!**