

Salade de saumon grillé, pommes et concombres avec croûtons et vinaigrette crémeuse

Grillade

Rapido

25 minutes



Filets de saumon,
avec la peau



Mélange printanier



Mini concombre



Tzatziki



Pomme Gala



Pain ciabatta



Poivre au citron

BONJOUR POMME GALA

Cette pomme juteuse se marie parfaitement aux salades, ajoutant un élément croquant et sucré!

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 205 °C (400 °F) à feu moyen.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, grand bol, fouet, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Filets de saumon, avec la peau	250 g	500 g
Mélange printanier	113 g	227 g
Mini concombre	132 g	264 g
Tzatziki	56 ml	113 ml
Pomme Gala	1	2
Pain ciabatta	1	2
Poivre au citron	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 70 °C (158 °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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Préparer

Couper les **concombres** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 1,25 cm (½ po). Éviter la **pomme**, puis la couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper le **pain ciabatta** en deux. Badigeonner les deux côtés du **pain** de **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**.



Faire griller le saumon

Sécher le **saumon** avec un essuie-tout. Arroser de **2 c. à thé** d'**huile** (doubler pour 4 pers.). Assaisonner de **½ c. à soupe** de **poivre au citron** (doubler pour 4 pers.) et **saler**. Disposer le **saumon** sur le grill, côté peau vers le bas. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger le grill! Faire griller par étapes, au besoin.) Fermer le couvercle du barbecue et faire griller de 6 à 7 min ou jusqu'à ce que le **saumon** soit entièrement cuit**. Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud.



Faire la vinaigrette

Ajouter la **sauce tzatziki** et **½ c. à soupe** d'**eau** (doubler pour 4 pers.) dans un grand bol. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant. Réserver.



Terminer et servir

Couper les **pains ciabatta refroidis** en croûtons de 1,25 cm (½ po). Ajouter le **mélange printanier**, les **pommes**, les **concombres** et la **moitié** des **croûtons** au grand bol contenant la **vinaigrette**. Bien mélanger. Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir de **saumon** et du **reste** des **croûtons**.

Le souper, c'est réglé!



Faire griller les pains ciabatta

Placer les **pains ciabatta** sur le grill. Fermer le couvercle du barbecue et faire griller de 1 à 2 min par côté. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!) Transférer sur une planche à découper et laisser refroidir.