

# Salade Cobb

avec vinaigrette crémeuse maison

Repas futé

20 min

+ Ajouter



Poitrines de poulet \*  
2 | 4

Recette personnalisée

+ Ajouter

Changer

ou

×2 Doubler

Si vous avez choisi de modifier votre protéine, il vous suffit de suivre les icônes et les instructions spécifiques au verso de la fiche dans la colonne de droite, et le tour est joué. Vous pouvez également consulter votre recette personnalisée en ligne, à la page [hellofresh.ca](https://hellofresh.ca)



Tranches de bacon  
100 g | 200 g



Bébé épinards  
113 g | 227 g



Tomate  
1 | 2



Feta, émiettée  
½ tasse | 1 tasse



Pomme Gala  
1 | 2



Graines de citrouille  
28 g | 56 g



Œuf  
2 | 4



Vinaigre de vin blanc  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Canneberges séchées  
¼ tasse |  
½ tasse



Crème sure  
3 c. à soupe |  
6 c. à soupe



Mayonnaise  
2 c. à soupe |  
4 c. à soupe



Sel d'ail  
¼ c. à thé |  
½ c. à thé

**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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



### Bouillir les œufs

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Ajouter **4 tasses** (8 tasses) d'**eau tiède** dans une petite casserole. Porter à ébullition à feu élevé.
- 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 refroidis pour être pelés.
- Peler, puis couper les **œufs** en deux. **Saler** et **poivrer**.

2



### Préparer et mélanger la vinaigrette

- Entre-temps, évider, puis couper la **pomme** en tranches de 0,5 cm (1/4 po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po). **Saler**.
- Dans un petit bol, ajouter la **mayonnaise**, la **crème sure**, **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) de **vinaigre**, **1/2 c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre** et **1/4 c. à thé** (1/2 c. à thé) de **sel d'ail**. **Poivrer**, puis bien mélanger.

3



### Cuire le bacon

- **+ Ajouter | Poitrines de poulet**
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter le **bacon**. Cuire de 5 à 7 min, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant\*\*.
- Retirer du feu. À l'aide d'une pince de cuisine, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout.
- Réserver. Dans un grand bol, réserver **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) de **gras de bacon**. Jeter avec précaution le **reste** du **gras**.

4



### Assembler la salade

- Dans le bol contenant le **gras de bacon réservé**, ajouter le **reste** du **vinaigre**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Lorsque le **bacon** aura assez refroidi pour être manipulé, l'émietter ou le hacher grossièrement en bouchées.
- Dans le grand bol contenant la **vinaigrette**, ajouter le **bacon**, les **pommes**, les **tomates**, les **canneberges séchées** et les **épinards**, puis bien mélanger.

5



### Terminer et servir

- **+ Ajouter | Poitrines de poulet**
- Répartir la **salade** et les **œufs** dans les assiettes.
- Arroser d'un **filet** de **vinaigrette crémeuse maison**.
- Parsemer de **feta** et de **graines de citrouille**.

## 3 | Cuire le poulet

**+ Ajouter | Poitrines de poulet**

Si vous avez ajouté des **poitrines de poulet**, pendant que les **œufs** bout, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **poulet**. Cuire d'un côté de 6 à 7 min, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré. Retourner, couvrir et poursuivre la cuisson de 6 à 7 min, jusqu'à ce qu'il soit complètement cuit\*\*. Transférer le **poulet** sur une planche à découper, puis essuyer la poêle avec précaution. Utiliser la même poêle pour cuire le **bacon**.

## 6 | Terminer et servir

**+ Ajouter | Poitrines de poulet**

Trancher finement le **poulet** et le répartir dans les assiettes.

\* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

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



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.