



# Bol estival à la bruschetta aux tomates

avec bocconcini et croûtons à l'ail

VÉGÉ

30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.  
Bon appétit!



Couscous israélien



Mini tomates anciennes



Basilic



Sel d'ail



Glaçage balsamique



Poivrons rouges rôtis



Bébé roquette



Fromage bocconcini



Concentré de bouillon de légumes



Petit pain ciabatta

**BONJOUR BOCCONCINI!**

La version miniature de la mozzarella fraîche!

## COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

### Sortez

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, passoire, casserole moyenne, tasses à mesurer, fouet, essuie-tout

### Ingredients

	2 Person	4 Person
Couscous israélien	¾ cup	1 ½ cup
Mini tomates anciennes	113 g	227 g
Basilic	7 g	14 g
Sel d'ail	1 ½ c. à thé	1 ½ c. à thé
Glaçage balsamique	1 c. à table	2 c. à table
Poivrons rôtis	170 ml	340 ml
Bébé roquette	56 g	113 g
Fromage bocconcini	100 g	200 g
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Petit pain ciabatta	1	2
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Pas inclus dans la boîte

### Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

*Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.*

### Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh  
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002  
bonjour@hellofresh.ca  
HelloFresh.ca



## 1. CUIRE LE COUSCOUS

Dans une casserole moyenne à feu moyen-élevé, ajouter **1 ½ tasse** d'eau (doubler pour 4 pers) et les **concentré(s) de bouillon**. Porter à ébullition à feu élevé. Ajouter le **couscous** à l'**eau bouillante** et cuire à découvert en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'il soit tendre, de 6 à 8 min. Égoutter et rincer à l'eau froide, puis arroser de **1 c. à table** d'huile (doubler pour 4 pers).



## 4. PRÉPARER LA SALADE

Dans un bol moyen, fouetter **2 c. à table** d'huile et **1 c. à table** de **glaçage balsamique** (doubler le glaçage et l'huile pour 4 pers). Ajouter les **tomates** et les **poivrons**, puis bien mélanger. **Saler** et **poivrer**. Réserver.



## 2. PRÉPARER LES CROÛTONS

Pendant que le **couscous** cuit, couper ou déchirer la **ciabatta** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson, arroser de **1 c. à table** d'huile et saupoudrer de **½ c. à thé** de **sel d'ail** (doubler le sel d'ail et l'huile pour 4 pers). **Poivrer**. Rôtir au **milieu** du four en remuant à mi-cuisson jusqu'à ce qu'elle soit dorée, de 4 à 5 min.



## 5. FINIR ET SERVIR

Ajouter **la moitié** du **basilic** au **couscous**, puis **saler** et **poivrer**. Bien mélanger. Répartir le **couscous** dans les bols, puis garnir de **roquette**, de **salade de tomates**, de **croûtons** et de **bocconcini**. Couronner **du reste** de **glaçage balsamique** et saupoudrer **du reste** de **basilic**.



## 3. PRÉPARATION

Sécher les **poivrons** avec un essuie-tout, puis les couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Hacher grossièrement la **roquette**. Hacher grossièrement le **basilic**. Couper les **tomates** et le **bocconcini** en deux. Saupoudrer de **¼ c. à thé** de **sel d'ail** (doubler pour 4 pers) et **poivrer**.

## Le souper, c'est réglé