

# Apple and Goat Cheese Salad

## with Maple-Dijon Dressing

20 Minutes

### Start here

Before starting, wash and dry all produce. Gather all required cooking tools.

### Bust out

Large bowl, large non-stick pan, measuring spoons, paper towels, small bowl, whisk

### Ingredients

	2 Person
Pecans	28 g
Maple Syrup	2 tbsp
Dijon Mustard	½ tbsp
Red Wine Vinegar	1 tbsp
Red Onion	1
Hard Boiled Egg	4
Gala Apple	1
Goat Cheese	¼ cup
Baby Spinach	113 g
Oil*	

Salt and pepper\*

\* Pantry items

### Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional information.

*Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.*



### Prep

- Halve, core, then cut **apple** into ¼-inch slices.
- Halve, peel, then cut **onion** into ¼-inch slices.
- Remove **eggs** from packaging, then pat dry with paper towels. Halve **eggs**, then season with **salt** and **pepper**.



### Make maple dijon dressing

- Add **remaining maple syrup**, ½ **tsp Dijon**, **red wine vinegar** and **1 tbsp oil** to a large bowl. Season with **salt** and **pepper**, then whisk to combine.



### Toast pecans and cook onions

- Heat a large non-stick pan over medium heat. When hot, add **pecans** to the dry pan. Toast, stirring often, until golden-brown, 4-5 min. (**TIP:** Keep your eye on them so they don't burn!) Transfer to a plate.
- Reheat the same pan over medium heat. When hot, add ½ **tbsp oil**, then **onions**. Cook, stirring often, until slightly softened, 3-4 min. Add **half the maple syrup**, then season with **salt**. Cook, stirring occasionally, until dark brown, 2-3 min. Remove the pan from heat. Transfer **onions** to a small bowl.



### Finish and serve

- Add **spinach**, **apples**, **onions** and **pecans** to the bowl with **dressing**. Season with **salt** and **pepper**, then toss to combine.
- Divide **salad** between plates, then top with **eggs**.
- Sprinkle **goat cheese** over top.

# Salade de pommes et de fromage de chèvre avec vinaigrette à l'érable et au Dijon

20 minutes

## D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes. Rassembler tout le matériel requis.

## Matériel requis

Grand bol, grande poêle antiadhésive, cuillères à mesurer, essuie-tout, petit bol, fouet

## Ingrédients

	2 personnes
Pacanes	28 g
Sirop d'érable	2 c. à soupe
Moutarde de Dijon	½ c. à soupe
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe
Oignon rouge	1
Œuf cuit dur	4
Pomme Gala	1
Fromage de chèvre	¼ tasse
Jeunes épinards	113 g
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.*



## 1 Préparer

- Évider, puis couper la **pomme** en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Peler l'**oignon**, le couper en deux, puis en tranches de 0,5 cm (¼ po).
- Retirer les **œufs** de l'emballage, puis les sécher avec un essuie-tout. Couper les **œuf** en deux, puis **saler** et **poivrer**.



## 3 Préparer la vinaigrette érable-Dijon

- À un grand bol, ajouter le **reste** du **sirop d'érable**, **½ c. à thé** de **moutarde**, le **vinaigre de vin rouge** et **1 c. à soupe** d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.



## 2 Griller les pacanes et cuire les oignons

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter les **pacanes** à la poêle sèche. Griller de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. (**CONSEIL** : Surveiller les pacanes pour ne pas les brûler!) Transférer dans une assiette.
- Réchauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile**, puis les **oignons**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent légèrement. Ajouter la **moitié** du **sirop d'érable** et **saler**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** soient doré foncé. Retirer la poêle du feu. Transférer les **oignons** dans un petit bol.



## 4 Terminer et servir

- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter les **épinards**, les  **pommes**, les **oignons** et les **pacanes**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Répartir la **salade** dans les assiettes et garnir d'**œufs**.
- Parsemer de **fromage de chèvre**.