



Sandwichs super rapides à la saucisse italienne avec salade César

Repas 15 min 15 minutes

Protéine personnalisable

+ 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://www.hellofresh.ca)

🔄 Changer



Dinde hachée

250 g | 500 g

🔄 Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Saucisse italienne douce, sans boyau
250 g | 500 g



Pain artisan
2 | 4



Mozzarella, râpée
¼ tasse | 1 ½ tasse



Sauce marinara
½ tasse | 1 tasse



Vinaigrette César
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Croûtons
28 g | 56 g



Parmesan, râpé grossièrement
¼ tasse | ½ tasse



Laitue
1 | 2



Olives mélangées
30 g | 60 g



Poivron vert
1 | 2



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



Préparer les légumes et les galettes

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

[Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Évider, puis couper les **poivrons** en lanières de 0,5 cm (¼ po).
- Former à partir de la chair à **saucisse 6 boulette** (12 boulettes) **de taille égale**, puis presser pour les aplatir en **galettes** de 1,25 cm (½ po).

4



Assembler la salade

- Couper la **laitue romaine** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Égoutter, puis hacher grossièrement les **olives**.
- Dans un grand bol, ajouter la **laitue**, la **vinaigrette César**, les **croûtons**, les **olives** et le **parmesan**. **Poivrer**, puis bien mélanger.

2



Griller les galettes de saucisse et les poivrons

- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium, arroser les **poivrons** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Déposer les **galettes de saucisse** sur les **poivrons**.
- Griller au **centre** du four de 8 à 10 min, jusqu'à ce que la **saucisse** soit entièrement cuite.

3



Griller les pains

- Lorsque les **poivrons** seront cuits, couper les **pains** en deux. Disposer sur une autre plaque à cuisson, côté coupé vers le haut. Parsemer de **mozzarella** les **tranches de pain supérieures**.
- Étendre **2 c. à soupe** de **sauce marinara** sur les **tranches inférieures**.
- Griller dans le **haut** du four de 4 à 5 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

5



Terminer et servir

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

- Garnir les **tranches de pain inférieures** des **galettes** et des **poivrons**, puis refermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs** à la **saucisse italienne** et la **salade César** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce marinara** comme trempette.

Unités de mesure à chaque étape | **1 c. à soupe** | (2 c. à soupe) | d'**huile** | 2 portions | 4 portions | Ingrédient

Pour 6 portions

Si vous avez commandé 6 portions, triplez les quantités de la recette pour 2 portions. Il se peut que vous ayez besoin de cuire en plusieurs étapes ou d'utiliser des plats de cuisson plus grands. À noter : De plus grandes quantités peuvent correspondre à des temps de cuisson plus longs, il faut donc suivre les indications visuelles et de température.

1 | Préparer les légumes et les galettes

[Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, la préparer et la cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire la **saucisse****. **Saler** et **poivrer**.

1 | Préparer les légumes et les galettes de Beyond Meat®

[Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le préparer et le cuire de la même façon que la recette vous indique de préparer et de cuire la **saucisse****.