

Buffalo Chickpea Salad Sandwich

with Chive Ranch Slaw

20 Minutes

Start here

Before starting, wash and dry all produce.

Bust out

2 Medium bowls, measuring spoons, strainer, small bowl, paper towels, large non-stick pan

Ingredients

	2 Person
Chickpeas	370 ml
Hot Sauce	2 tbsp
Garlic Salt	½ tsp
Mayonnaise	4 tbsp
Brioche Bun	2 pc
Chives	7 g
Sour Cream	3 tbsp
White Wine Vinegar	1 tsp
Coleslaw Cabbage Mix	170 g
Butter*	2 tbsp
Sugar*	½ tsp
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.



1 Prep

- Thinly slice **chives**.
- Drain, then rinse **chickpeas**. Pat dry with paper towels.
- Heat a large non-stick pan over medium-high heat. When hot, add **2 tbsp butter**, then swirl to melt. Add **chickpeas** and cook, stirring occasionally until starting to crisp, 5-7 min.
- Remove pan from heat and stir in **hot sauce** and **½ tsp sugar**. Season with **¼ tsp garlic salt** and **¼ tsp pepper**, then stir to combine.



3 Make cabbage slaw

- Combine **cabbage slaw** and **half the chive ranch** in another medium bowl. Season with **salt and pepper**, then stir to combine.



2 Make chickpea mixture and chive ranch

- Meanwhile, to a small bowl, add **sour cream**, **mayo**, **chives**, **¼ tsp garlic salt** and **1 tsp white wine vinegar**. Season with **pepper**, then stir to combine.
- Transfer **chickpeas** to a medium bowl and roughly mash into a rustic texture using a potato masher or back of a fork.



4 Finish and serve

- Halve **buns**. Place in the toaster and toast until golden-brown.
- Spread **remaining chive ranch** over **top** and **bottom buns**.
- Spoon **buffalo chickpea mixture** onto **bottom buns**, then stack with **cabbage slaw**.
- Close with **top buns**. (**TIP:** Any remaining chickpea and slaw mixture can be saved and used for a future lunch!)

Sandwich aux pois chiches style Buffalo

avec salade de chou à la ciboulette et à la sauce ranch

20 minutes

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

2 bols moyens, cuillères à mesurer, tamis, petit bol, essuie-tout, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes
Pois chiches	370 ml
Sauce piquante	2 c. à soupe
Sel d'ail	½ c. à thé
Mayonnaise	4 c. à soupe
Pain brioché	2
Ciboulette	7 g
Crème sure	3 c. à soupe
Vinaigre de vin blanc	1 c. à thé
Mélange pour salade de chou	170 g
Beurre*	2 c. à soupe
Sucre*	½ c. à thé
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 soya, des sulfites, des noix et du blé.



1 Préparer

- Émincer la **ciboulette**.
- Égoutter, puis rincer les **pois chiches**. Sécher les **pois chiches** avec un essuie-tout.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **2 c. à soupe de beurre** et faire fondre en tournoyant. Ajouter les **pois chiches**. Cuire de 5 à 7 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils commencent à devenir croustillants.
- Retirer la poêle du feu et incorporer la **sauce piquante** et **½ c. à thé de sucre**. Assaisonner de **¼ c. à thé de sel d'ail** et de **¼ c. à thé de poivre**, puis bien mélanger.



3 Préparer la salade de chou

- Dans un autre bol moyen, combiner le **mélange de salade de chou** et la **moitié de la sauce ranch à la ciboulette**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.



2 Préparer le mélange de pois chiches et la sauce ranch

- Entre-temps, ajouter dans un petit bol la **crème sure**, la **mayonnaise**, la **ciboulette**, **¼ c. à thé de sel d'ail** et **1 c. à thé de vinaigre de vin blanc**. **Poivrer**, puis bien mélanger.
- Transférer les **pois chiches** dans un bol moyen et les écraser grossièrement à l'aide d'un presse-purée ou du dos d'une fourchette.



4 Terminer et servir

- Couper les **pains** en deux. Griller les **pains** au grille-pain.
- Étendre le **reste de la sauce ranch** sur les **tranches de pain inférieures et supérieures**.
- Répartir le **mélange de pois chiches style Buffalo** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir de **salade de chou**.
- Refermer les **sandwichs**. (**CONSEIL** : Réserver le reste de la salade de chou et le reste du mélange de pois chiches pour un futur dîner.)