

Bouchées de bocconcinis à l'ail

avec salade d'épinards au vinaigre balsamique et croûtons maison

Végé

30 minutes



Bocconcinis



Chapelure italienne



Pain ciabatta



Petites tomates



Bébés épinards



Purée d'ail



Glaçage balsamique



Poivron



Noix de pin



Vinaigre balsamique

BONJOUR BOCCONCINIS

Ces « petites bouchées » de mini-mozzarella crémeuse sont délicieuses!

D'abord

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

Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, grand bol, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bocconcinis	100 g	200 g
Chapelure italienne	4 c. à soupe	4 c. à soupe
Petit pain ciabatta	1	2
Petites tomates	113 g	227 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Poivron	160 g	320 g
Noix de pin	28 g	56 g
Vinaigre balsamique	1 c. à soupe	2 c. à soupe
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.

Nous joindre

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



Préparer

Couper les **tomates** en deux. Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper le **pain ciabatta** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper les **bocconcinis** en deux, puis les sécher avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**.



Enrober les bocconcinis

Dans le même bol moyen (celui de l'étape 3), ajouter les **bocconcinis** et le **reste** de la **purée d'ail**. Remuer pour bien enrober. Faire chauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (utiliser la même quantité pour 4 personnes), puis la **chapelure**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant sans arrêt, jusqu'à ce qu'elle soit dorée. Retirer la poêle du feu, puis ajouter les **bocconcinis**. Secouer la poêle et remuer les **bocconcinis** pour les enrober.



Faire griller les noix de pin

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter les **noix de pin** à la poêle sèche. Faire griller de 4 à 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. (**CONSEIL** : Surveiller les noix de pin pour ne pas les brûler!) Réserver les **noix de pin** dans une assiette.



Préparer la salade

Dans un grand bol, ajouter le **vinaigre**, la **moitié** du **glaçage balsamique** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler les quantités pour 4 personnes). **Saler et poivrer**, puis bien mélanger au fouet. Ajouter les **tomates**, les **épinards**, les **poivrons** et les **croûtons**, puis mélanger.



Faire griller les croûtons

Dans un bol moyen, ajouter le **pain ciabatta**, la **moitié** de la **purée d'ail** et **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober. Faire chauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter les **morceaux de pain**. Faire cuire de 4 à 6 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient dorés sur tous les côtés. Réserver les **croûtons** dans une assiette.



Terminer et servir

Répartir la **salade** dans les assiettes. Garnir de **bocconcinis** et de **noix de pin**. Arroser du **reste** du **glaçage balsamique**.

Le repas est prêt!