

Salade de clémentines, de pois et de halloumi avec graines de citrouille grillées et glaçage balsamique

Végé

30 minutes



Halloumi



Clémentine



Mélange printanier



Pois sucrés



Glaçage balsamique



Pain ciabatta



Sel d'ail



Graines de citrouille

BONJOUR CLÉMENTINE

Ce petit fruit sans pépins est plus sucré que la plupart des autres agrumes!

D'abord

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

Matériel requis

Cuillères à mesurer, grand bol, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Halloumi	200 g	400 g
Clémentine	2	4
Mélange printanier	113 g	227 g
Pois sucrés	113 g	227 g
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Pain ciabatta	1	2
Sel d'ail	¼ c. à thé	½ c. à thé
Graines de citrouille	28 g	56 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.

Nous rejoindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



1 Préparer

- Couper le **halloumi** en tranches de 0,5 cm (¼ po) d'épaisseur. Rincer le **halloumi** à l'**eau froide**, puis le sécher avec un essuie-tout.
- Déchirer le **ciabatta** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Parer les **pois sucrés**, puis les trancher finement sur la largeur.
- Peler les **clémentines** et les séparer en segments.



4 Cuire le halloumi

- Ajouter le **halloumi** à la même poêle. Cuire de 1 à 2 min par côté ou jusqu'à ce qu'il soit doré. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle. Cuire par étapes pour 4 pers.)
- Transférer dans une assiette.



2 Faire les croûtons

- Dans un grand bol, ajouter les **morceaux de ciabatta**, **1 c. à soupe d'huile** et **¼ c. à thé de sel d'ail** (doubler les qtés pour 4 pers.). **Poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter les **morceaux de ciabatta**. (**REMARQUE** : Cuire en plusieurs étapes pour 4 pers.) Cuire de 5 à 6 min ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés sur tous les côtés, en remuant à l'occasion.
- Transférer les **croûtons** dans le grand bol.



5 Assembler la salade

- Ajouter le **mélange printanier** et les **segments de clémentines** au bol contenant les **croûtons** et les **graines de citrouille**.
- Arroser de la **moitié** du **glaçage balsamique** et de **2 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.



3 Griller les graines de citrouille

- Ajouter les **graines de citrouille** à la même poêle. Griller de 1 à 3 min ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées, en remuant souvent. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer dans le grand bol contenant les **croûtons**.



6 Terminer et servir

- Répartir la **salade de clémentines** dans les assiettes. Garnir de **halloumi** et de **pois sucrés**.
- Arroser du **reste** du **glaçage balsamique**.

Le souper, c'est réglé!