



# Salade Waldorf au saumon

avec vinaigrette crémeuse à l'oignon vert

20 MIN



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus. Merci de votre compréhension. Bon appétit!



Filets de saumon, sans la peau



Raisins rouges



Noix de Grenoble, hachées



Poire



Mélange roquette et épinards



Oignons verts



Mayonnaise



Petit pain ciabatta



Vinaigre de vin blanc

**BONJOUR RAISINS!**  
Sucrés, juteux et polyvalents.

## COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 450 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

### Sortir

Papier parchemin, grande poêle antiadhésive, 2 plaques à cuisson, grand bol, essuie-tout, fouet, cuillères à mesurer

### Ingrédients

	2 pers	4 pers
Filets de saumon, sans la peau	285 g	570 g
Raisins rouges	170 g	340 g
Noix de Grenoble, hachées	28 g	56 g
Poire	1	2
Mélange roquette et épinards	113 g	227 g
Oignons verts	2	2
Mayonnaise	2 c. à table	4 c. à table
Petit pain ciabatta	1	2
Vinaigre de vin blanc	1 c. à table	2 c. à table
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Pas inclus dans la boîte.

\*\* Cuire à une température interne minimale de 70 °C/158 °F; la taille affecte le temps de cuisson.

### Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

*Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.*

### Nous joindre

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



### 1. GRILLER LES RAISINS ET LA CIABATTA

Couper la **ciabatta** en morceaux de 2,5 cm (1 po). Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **raisins** de **½ c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers). **Saler et poivrer**. Sur une autre plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser la **ciabatta** de **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers). **Saler et poivrer**. Griller les **raisins** au **centre** du four et la ciabatta sur la grille du **haut** du four, en remuant à la mi-cuisson, jusqu'à ce que les **raisins** soient ramollis et la **ciabatta** soit dorée, de 10 à 12 min.



### 4. PRÉPARER LA SALADE

Dans un grand bol, fouetter le **vinaigre**, le **mayo**, les **oignons verts** et **½ c. à thé de sucre** (doubler pour 4 pers). **Saler et poivrer**. Ajouter la **poire**, le **mélange roquette et épinards** et les **croûtons**. Bien mélanger.



### 2. PRÉPARATION

Pendant que les **raisins** et la **ciabatta** grillent, couper la poire en deux, l'évider, puis la couper en tranches minces. Émincer les **oignons verts**. Sécher le **saumon** avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**.



### 5. FINIR ET SERVIR

Répartir la **salade** dans les assiettes et garnir de **raisins grillés** et de **saumon**. Saupoudrer de **noix de Grenoble**.



### 3. CUIRE LE SAUMON

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **½ c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis le **saumon**. Poêler jusqu'à ce qu'il soit brun doré et entièrement cuit, de 3 à 4 min par côté.\*\*

## Le souper, c'est réglé!