



Sandwichs à la mozzarella, aux tomates et au pesto

avec oignons caramélisés, échalotes frites et aioli au pesto

Végé

30 minutes

+ Ajouter



Poitrines de poulet*
2 | 4

Recette personnalisée

+ 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



Pain ciabatta
2 | 4



Mozzarella fraîche
125 g | 250 g



Oignon jaune
1 | 2



Glaçage balsamique
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Tomate
2 | 4



Pesto au basilic
¼ tasse | ½ tasse



Mélange roquette et épinards
56 g | 113 g



Mayonnaise
2 c. à soupe |
4 c. à soupe



Pomme de terre Russet
2 | 4



Gousses d'ail
1 | 2



Échalotes frites
28 g | 56 g

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



Rôtir les quartiers de pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Sortir du frigo 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre et le laisser atteindre une température ambiante.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Guide pour la quantité d'ail à l'étape 3 : 1/8 c. à thé (1/4 c. à thé) doux, 1/4 c. à thé (1/2 c. à thé) moyen et 1/2 c. à thé (1 c. à thé) relevé

+ Ajouter | Poitrines de poulet

- Couper les **potatoes** en quartiers de 1,25 cm (1/2 po). Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **potatoes** de 1 c. à soupe d'huile. (REMARQUE : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) Saler et poivrer, puis remuer pour enrober.
- Rôtir les **potatoes** au centre du four de 24 à 26 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'elles soient tendres et dorées. (REMARQUE : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

4



Griller les pains

- Lorsque les **quartiers de pommes de terre** seront presque cuits, disposer les **pains** sur une autre plaque à cuisson non recouverte, côté coupé vers le haut.
- Étendre 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de **beurre ramolli** sur les côtés coupés, puis **poivrer**.
- Griller les **pains** dans le haut du four de 4 à 5 min, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés. (CONSEIL : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)
- Transférer les **tranches de pain supérieures** dans une assiette, en laissant les **tranches de pain inférieures** sur la plaque à cuisson.

2



Caraméliser les oignons

- Entre-temps, chauffer une casserole moyenne à feu moyen.
- Peler, puis couper l'**oignon** en tranches de 0,5 cm (1/4 po).
- Ajouter 1/2 c. à soupe (1 c. à soupe) de **beurre** à la casserole chaude, puis tourner jusqu'à ce qu'il fonde. (REMARQUE : Conserver le beurre ramolli pour l'étape 4.) Ajouter les **oignons**. Cuire de 6 à 8 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent.
- Ajouter la moitié du **glacage balsamique** et 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'**eau**, puis **saler**. Poursuivre la cuisson de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** soient doré foncé. Retirer du feu.

5



Fondre la mozzarella

- Lorsque les **quartiers de pommes de terre** seront cuits, retirer la plaque du four, puis régler le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Sécher les **tranches de tomate** avec un essuie-tout.
- Étendre la moitié du **pesto à l'ail** sur les **tranches de pain inférieures**, puis garnir des **tranches de tomate**. Saler et poivrer. Garnir de **mozzarella**.
- Remettre les **tranches de pain inférieures assemblées** au centre du four de 3 à 4 min, jusqu'à ce que la **mozzarella** fonde. (CONSEIL : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

3



Préparer et mélanger la vinaigrette

- Entre-temps, peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Couper les **pains** en deux.
- Couper la **mozzarella** en 4 tranches égales (8 tranches pour 4 pers.).
- Couper 2 tranches (4 tranches pour 4 pers.) de la partie la plus épaisse de la **tomate**. Transférer les **tranches de tomate** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Saler les deux côtés et réserver.
- Couper le **reste** de la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (1/2 po).
- Dans un petit bol, ajouter le **pesto** et 1/2 c. à thé (1 c. à thé) d'**ail**. (REMARQUE : Consulter le guide pour la quantité d'ail.) Saler et poivrer, au goût, puis bien mélanger. Réserver. Dans un grand bol, ajouter le **reste** du **glacage balsamique** et 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'**huile**. Saler et poivrer, au goût, puis bien mélanger en fouettant.

6



Terminer et servir

+ Ajouter | Poitrines de poulet

- Entre-temps, ajouter la **mayonnaise** dans le bol contenant le **reste** du **pesto à l'ail** et bien mélanger.
- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter le **mélange roquette et épinards** et les **morceaux de tomates**, puis remuer pour enrober.
- Garnir avec précaution la **mozzarella fondue d'oignons caramélisés**, d'un peu d'**échalotes frites** et d'un peu de **salade assaisonnée**. Réfermer les **sandwichs**.
- Répartir les **sandwichs**, les **quartiers de pommes de terre** et le **reste** de la **salade** dans les assiettes. Parsemer la **salade** du **reste** des **échalotes frites**. Servir l'**aïoli au pesto** comme trempette.

1 | Cuire les poitrines de poulet

+ Ajouter | Poitrines de poulet

Si vous avez ajouté des **poitrines de poulet**, sécher le **poulet** avec un essuie-tout. Saler et poivrer. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'huile, puis le **poulet**. Cuire de 6 à 7 min d'un côté, jusqu'à ce qu'il soit doré. Retourner le **poulet**, puis couvrir et poursuivre la cuisson pendant encore 6 à 7 min, jusqu'à ce qu'il soit bien cuit**. Retirer du feu puis couvrir pour garder au chaud.

6 | Terminer et servir

+ Ajouter | Poitrines de poulet

Trancher finement le **poulet**. Garnir les **tranches de pain inférieures de poulet**.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.