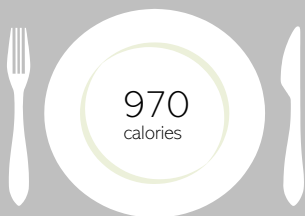




Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES



ACCOMPAGNEMENT

Salade verte

À SE PROCURER

Huile d'olive, vinaigre de vin blanc, sel et poivre

Naans aux oignons caramélisés - VÉGÉ

INGRÉDIENTS

- 1 laitue de Mirabel, hachée fine
- 2 gousses d'ail d'Oka, hachées finement
- 1 aubergine mauve d'Oka, en dés
- 200 ml de sauce marinara maison
- 1 gros oignon rouge d'Oka, en rondelles
- 30 ml de vinaigre balsamique blanc
- 120 grammes de fromage de chèvre
- 4 pains plats
- 1 contenant d'épices méditerranéées de St-Joseph

INSTRUCTIONS

- Préchauffer le four à 450 °F.
- Trancher l'aubergine en cubes, finement l'ail, la laitue et l'oignon en rondelles.
- Sur une plaque, mélanger l'aubergine avec un filet d'huile, $\frac{1}{3}$ du mélange d'épices, sel et poivre. Rôtir au four 10 minutes.
- Sur une ou des plaques huilées, placer les pains plats, étaler la sauce marinara, garnir avec l'ail, les oignons, un filet d'huile d'olive, $\frac{1}{2}$ du mélange d'épices restants, sel et poivre. Cuire 15 minutes sur la grille du bas, jusqu'à ce que la pâte soit dorée et croustillante. Transférer et réserver.
- Dans un bol, mélanger le vinaigre balsamique blanc, 6 c. à s. d'huile d'olive, sel et poivre. Ajouter la laitue (conserver une poignée) et $\frac{1}{4}$ du fromage de chèvre. Mélanger.
- Garnir le naans avec l'aubergine, la laitue restante, le fromage de chèvre restant, un filet d'huile d'olive, le mélange d'épices restants, saler et poivrer.
- Couper le pain plat en pointes et monter les assiettes en répartissant les pointes et la salade.

NOS VIANDES SONT MAINTENANT SERVIES FRAÎCHES.



au jour le jour



TEMPS

20

RÉSULTAT

4

bon appétit