

Plat principal

Portions : 5

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 20 minutes

Conservation :

- Environ 3 jours au réfrigérateur
- Ne se congèle pas



Salade-repas de macaronis



10 **œufs**

Vous pouvez les remplacer par les légumineuses de votre choix.



500 ml (2 tasses) de **macaronis secs**

Vous pouvez utiliser environ 750 ml (3 tasses) de macaronis déjà cuits.



60 ml (¼ tasse) de **mayonnaise**



45 ml (3 c. à soupe) de **vinaigre blanc**



30 ml (2 c. à soupe) d'**huile de canola**



2 **carottes**, pelées et râpées



250 ml (1 tasse) de **fromage cheddar râpé**



2 gros **cornichons à l'aneth**, hachés



1 **poivron**, coupé en petits dés

Vous pouvez le remplacer par un concombre.



Sel et poivre, au goût

On l'accompagne :

- + de légumes (ex. : crudités)
- + d'un fruit
- + d'un verre de lait ou d'un de ses substituts.

Préparation

- 1 Dans une grande casserole, déposer les **œufs**, recouvrir d'eau froide et faire bouillir à feu moyen-vif. Lorsque l'eau bout à gros bouillons, fermer le feu, mettre un couvercle et attendre 10 minutes pour que les œufs cuisent.

Astuce: Profitez du temps de cuisson pour préparer les légumes de la recette et vos accompagnements.

- 2 Retirer les œufs à l'aide d'une cuillère trouée et les plonger dans un grand bol d'eau froide pour arrêter la cuisson. Mettre de côté.
- 3 Dans la même casserole, cuire les **macaronis** selon les indications sur l'emballage.
- 4 Pendant ce temps, dans un petit bol, mélanger à la fourchette la **mayonnaise**, le **vinaigre**, l'**huile**, les **carottes**, le **fromage** et les **cornichons**.
- 5 Quand les macaronis sont cuits, les égoutter dans une passoire et les refroidir sous l'eau froide.
- 6 Dans un grand bol, verser les macaronis. Ajouter le **poivron** et la **sauce à base de mayonnaise**, puis mélanger. **Saler** et **poivrer** au goût.
- 7 Conserver la salade de macaronis et les œufs au froid jusqu'au moment de servir. Au repas, enlever la coquille des œufs et les couper en tranches. Servir 2 œufs par portion.

Participation de l'enfant

1 an et +

- Verser et mélanger les ingrédients de la sauce

2 ans et +

- Chercher avec vous les ingrédients de la recette
- Laver les carottes et le poivron
- Remplir les tasses et les cuillères à mesurer
- Enlever la coquille des œufs cuits
- Couper les œufs en tranches avec un couteau à beurre