

# Salade de pâtes croquantes d'automne

★★★★★

**Salade de pâtes croquantes d'automne** : Une simple salade de pâtes et d'épinards avec des pommes acidulées, du céleri croustillant, des pacanes grillées, des canneberges séchées sucrées et des oranges juteuses. Cette salade s'habille d'une simple vinaigrette aux graines de pavot.

**Cours** : salade  
**Cuisine** : américain  
**Mot-clé** : Salade de pâtes croquantes d'automne

**Temps de préparation** 30 minutes

**Temps total** : 30 minutes

**Portions** : 6 -8 en accompagnement

**Calories** : 234 kcal

**Coût** : 5,89 \$

## Ingrédients

- 5 onces d'épinards frais un demi-sac de 10 onces (6 tasses; 140g)
- 1 tasse et 1/2 (150 g) de petites pâtes sèches
- 3/4 tasse (87g) de céleri haché
- 1 grosse pomme Granny Smith, tranchée finement ou hachée
- 1 cuillère à café de jus de citron
- 1 boîte (15 oz; 425 g) de mandarines égouttées (ou 2 mandarines)
- 3/4 tasse (91g) de canneberges séchées
- 1/3 tasse (41g) de pacanes, hachées grossièrement (Voir Note 1)
- Facultatif : Fromage Feta

## Pansement

- 2 cuillères à soupe CHACUN : vinaigre de cidre de pomme, vinaigre de vin blanc
- 2 - 4 cuillères à soupe de sucre blanc
- 1/8 cuillère à café chacun : poudre de paprika et d'oignon
- 1/4 tasse d'huile d'olive
- 1/2 cuillère à soupe de graines de pavot
- Sel de mer fin et poivre fraîchement moulu

## Instructions

1. **CUISSON DES PÂTES** : Cuire les pâtes selon les instructions sur l'emballage jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Assurez-vous de saler généreusement l'eau; c'est ce qui assaisonnera réellement les pâtes ! J'ajoute 1 cuillère à café de sel pour 4 tasses d'eau.
2. **VINAIGRETTE** : Pendant que les pâtes cuisent, préparez la vinaigrette. Dans un pot Mason, mélangez le vinaigre de cidre de pomme, le vinaigre de vin blanc, le sucre (ajustez - plus ou moins selon vos préférences personnelles, j'utilise 2 cuillères à soupe), le paprika, la poudre d'oignon, l'huile d'olive, les graines de pavot et le sel et le poivre (j'ajoute 1/4 cuillère à café chacun). Fermez le bocal et secouez vigoureusement pour combiner.
3. **FINITION DES PÂTES** : Égoutter les pâtes une fois cuites et mélanger immédiatement quelques cuillères à soupe de vinaigrette avec les pâtes. Réfrigérer les pâtes habillées au réfrigérateur.
4. **REMAINING INGREDIENTS**: Meanwhile, prep the other additions: thinly slice the celery, thinly slice (or chop) the apple and toss with the lemon juice, and peel the oranges or drain from the can.
5. **ASSEMBLY**: In a very large bowl, toss the completely cooled pasta with the spinach. Add in the celery, apple, oranges, dried cranberries, and coarsely chopped pecans. Drizzle dressing over the salad and toss to combine. Add feta cheese to personal preference and enjoy immediately.
6. **STORAGE**: This salad isn't very great leftover. If you aren't eating this immediately, keep the ingredients separate from the dressing and only toss with the dressing right before eating. Top with pecans and feta after dressing the salad.

## Notes

**Note 1**: if desired, toast the pecans. Let completely cool and then coarsely chop before adding into the salad.

**To toast pecans**: If you want to toast the pecans, place them in a single layer in a dry saucepan (don't add anything) over medium heat. Stir constantly until the nuts are barely fragrant -- just a couple of minutes. Watch carefully as the nuts are VERY easily scorched/burned.

## Nutrition

Calories : 234 kcal | Glucides : 33,7 g | Protéines : 3,5 g | Matières grasses : 10,8 g | Sodium : 24 mg | Fibres : 3,3 g | Sucre : 17,2 g