



# Tortellinis à la sauce crémeuse rosée avec pesto de poivrons rôtis

Végé

25 minutes

Protéine personnalisable

+ 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](https://hellofresh.ca)

+ Ajouter



Poitrines de poulet  
2 | 4

+ Ajouter



Crevettes  
285 g | 570 g



Tortellinis au fromage  
350 g | 700 g



Tomates broyées à l'ail et aux oignons  
1 | 2



Crème épaisse  
56 ml | 113 ml



Poivron  
1 | 2



Mozzarella, râpée  
¾ tasse | 1 ½ tasse



Mélange d'épices pour sauce crémeuse  
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Ciboulette  
7 g | 14 g



Gousses d'ail  
2 | 4



Parmesan, râpé grossièrement  
¼ tasse | ½ tasse



Pesto de poivrons rôtis  
¼ tasse | ½ tasse

**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, des sulfites, des noix et du blé.

1



## Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **1 c. à soupe de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, évider, puis couper le **poivron** en lanières de 0,5 cm (¼ po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Émincer la **ciboulette**.

2



## Commencer la sauce

- + Ajouter | **Poitrines de poulet**
- + Ajouter | **Crevettes**
- Chauffer une grande poêle allant au four à feu moyen-élevé.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis les **poivrons**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **poivrons** soient légèrement croquants.
- **Saler et poivrer**.

3



## Cuire les tortellinis

- Entre-temps, ajouter les **tortellinis** à l'**eau bouillante**.
- Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **½ tasse** (⅔ tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter.

4



## Terminer la sauce

- Saupoudrer les **poivrons** du **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. Cuire pendant 30 s, en remuant constamment, jusqu'à ce que les **poivrons** soient enrobés.
- Ajouter les **tomates broyées**, l'**ail**, le **pesto de poivrons rouges rôtis**, la **crème** et la **moitié** de la **ciboulette**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Retirer du feu.
- **Saler et poivrer**.

5



## Gratiner les tortellinis au four

- Dans la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **tortellinis** et l'**eau de cuisson réservée**.
- **Saler et poivrer**, puis mélanger doucement. (**REMARQUE** : À défaut d'une poêle allant au four, transférer le mélange dans un plat de cuisson légèrement huilé de 20 x 20 cm [8 x 8 po], ou 23 x 33 cm [9 x 13 po] pour 4 pers.)
- Parsemer les **tortellinis** de **mozzarella** et de **parmesan**.
- Cuire au **centre** du four de 5 à 6 min, jusqu'à ce que le **fromage** soit doré.

6



## Terminer et servir

- + Ajouter | **Poitrines de poulet**
- + Ajouter | **Crevettes**
- Laisser refroidir les **tortellinis** de 2 à 3 min.
- Répartir dans les assiettes.
- Parsemer du **reste** de la **ciboulette**.

Unités de mesure à chaque étape | **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'huile | 2 personnes | 4 personnes | Ingrédient

## 2 | Cuire le poulet et commencer la sauce

+ Ajouter | **Poitrines de poulet**

Si vous avez ajouté les **poitrines de poulet**, les sécher avec un essuie-tout. **Saler et poivrer**. Chauffer une poêle antiadhésive moyenne à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **poulet**. Poêler d'un côté de 6 à 7 min, jusqu'à ce qu'il soit doré. Retourner le **poulet**, puis couvrir et poursuivre la cuisson de 6 à 7 min, jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit\*\*.

## 2 | Cuire les crevettes et les poivrons

+ Ajouter | **Crevettes**

Si vous avez ajouté les **crevettes**, les égoutter, les rincer, puis les sécher avec un essuie-tout. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis les **poivrons** et les **crevettes**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **crevettes** soient entièrement cuites\*\*. Suivre le reste de la recette comme indiqué.

## 6 | Terminer et servir

+ Ajouter | **Poitrines de poulet**

Trancher les **poitrines de poulet**. Garnir les **tortellinis** de **poulet**.

## 6 | Terminer et servir

+ Ajouter | **Crevettes**

Garnir les **tortellinis** de **crevettes**.

\* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

\*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).



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