



# Raviolis aux champignons crémeux avec épinards

Végé

20 minutes

Protéine personnalisable

+ Ajouter

Changer

ou

x2 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://www.hellofresh.ca)

+ Ajouter



Filets de poulet  
310 g | 620 g

+ Ajouter



Saucisse italienne douce, sans boyau  
250 g | 500 g



Raviolis aux champignons  
350 g | 700 g



Champignons  
113 g | 227 g



Bébés épinards  
28 g | 56 g



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



Crème  
56 ml | 113 ml



Gousses d'ail  
1 | 2



Parmesan, râpé grossièrement  
¼ tasse | ½ tasse



Échalote  
1 | 2



Vin blanc de cuisine  
4 c. à soupe | 8 c. à soupe

**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



## Préparer

- Avant de commencer, ajouter à une grande casserole 10 tasses d'eau et 2 c. à thé de sel (les mêmes qtés pour 4 pers.).
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Laver et sécher tous les fruits et légumes.

+ Ajouter | Filets de poulet

+ Ajouter | Saucisse italienne douce

- Trancher finement les **champignons**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Peler, puis couper l'**échalote** en morceaux de 1,25 cm (½ po).

4



## Cuire la sauce

- À la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.
- Ajouter le **vin de cuisine**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant constamment, jusqu'à ce que le **mélange** soit combiné et réduise légèrement.
- Incorporer la **crème** et l'**eau de cuisson réservée**, puis porter à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.

\* 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). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

2



## Cuire les raviolis

- Ajouter les **raviolis** à l'**eau bouillante**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **¾ tasse** (1 ½ tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **raviolis**.

5



## Terminer la sauce et assembler les raviolis

+ Ajouter | Saucisse italienne douce

- À la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **épinards**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent.
- Ajouter les **raviolis** et la **moitié** du **parmesan**. Remuer délicatement pendant 30 s, jusqu'à ce que le **parmesan** fonde et que les **raviolis** soient enrobés.
- **Saler et poivrer**, au goût.

3



## Sauter les champignons

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **1 ½ c. à soupe** (3 c. à soupe) de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter les **champignons** et les **échalotes**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **champignons** soient dorés.
- Ajouter l'**ail**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.
- **Saler et poivrer**.

6



## Terminer et servir

+ Ajouter | Filets de poulet

- Répartir les **raviolis** dans les bols.
- Parsemer du **reste** du **parmesan**.

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

## 1 | Préparer

+ Ajouter | Filets de poulet

Si vous avez choisi les **filets de poulet**, les sécher à l'aide d'un essuie-tout puis **saler** et **poivrer**. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **filets de poulet**. Saisir de 3 à 4 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient doré foncé et entièrement cuits\*\*. Transférer le **poulet** dans une assiette et couvrir pour garder chaud. Utiliser la même poêle pour cuire les **champignons** à l'étape 3.

## 1 | Préparer

+ Ajouter | Saucisse italienne douce

Si vous avez choisi la **saucisse italienne douce**, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis la **saucisse**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant la **saucisse** en petits morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée\*\*. **Saler et poivrer**. Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud. Utiliser la même poêle pour cuire les **champignons** à l'étape 3.

## 5 | Terminer la sauce et assembler les raviolis

+ Ajouter | Saucisse italienne douce

Ajouter la **saucisse** à la poêle avec les **raviolis** et la **moitié** du **parmesan**. Suivre le reste de la recette comme indiqué.

## 6 | Terminer et servir

+ Ajouter | Filets de poulet

Trancher le **poulet**, si désiré. Garnir les **raviolis** de **poulet**.