

HELLO Raviolis aux champignons crémeux

avec épinards

Végé

20 minutes









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 🎥











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





56 ml | 113 ml









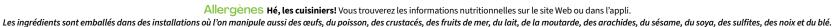


1 | 2



Vin blanc de cuisine 4 c. à soupe

8 c. à soupe



Matériel | Passoire, grande poêle antiadhésive, grande casserole, tasses à mesurer, cuillères à mesurer



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 ners)
- 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).



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.



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 tournoyer 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.



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.



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.



Terminer et servir

🚹 Ajouter | Filets de poulet

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

1|Préparer

chaque étape 2 personnes

Unités de

mesure à

Ajouter | Filets de poulet

1 c. à soupe

(2 c. à soupe), d'huile

4 personnes Ingrédient

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**.

* 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.