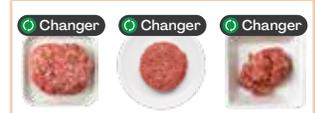




Rigatonis et sauce marinara rosée au chorizo avec pesto de poivrons rôtis et épinards

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

Boeuf haché 250 g | 500 g
Beyond Meat® 2 | 4
Dinde hachée 250 g | 500 g



Chorizo, sans boyau
250 g | 500 g



Rigatonis
170 g | 340 g



Bébés épinards
56 g | 113 g



Fromage à la crème
1 | 2



Sauce marinara
1 tasse | 2 tasses



Persil
7 g | 14 g



Parmesan, râpé grossièrement
1/2 tasse | 1 tasse



Pesto de poivrons rôtis
1/4 tasse | 1/2 tasse



Flocons de piment
1 c. à thé | 2 c. à thé



Oignon jaune, haché
56 g | 113 g



Sel d'ail
1 c. à thé | 2 c. à thé

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, 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.
- **Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2 :**
 - Doux : ¼ c. à thé (½ c. à thé)
 - Moyen : ½ c. à thé (1 c. à thé)
 - Épicé : 1 c. à thé (2 c. à thé)

- Hacher grossièrement les **épinards** et le **persil**.

2



Cuire le chorizo

- 🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)
- 🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)
- 🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis les **oignons**, le **chorizo** et ½ c. à thé (1 c. à thé) de **flocons de piment**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **chorizo** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Assaisonner de **sel d'ail**.

4



Préparer la sauce

- Dans la poêle (celle de l'étape 2), ajouter le **fromage à la crème**, la **sauce marinara**, le **pesto de poivrons rôtis**, ¼ c. à thé (½ c. à thé) de **sucre** et ¼ tasse (½ tasse) d'**eau de cuisson réservée**.
- Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **fromage à la crème** fonde et que la **sauce** arrive à légère ébullition.
- Réduire à feu moyen. Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaisse légèrement.

5



Assembler les rigatonis

- Dans la poêle, ajouter les **rigatonis** et la **moitié** du **parmesan**. Remuer jusqu'à ce que le **fromage** fonde et que les **rigatonis** soient enrobés de **sauce**. (**REMARQUE** : Pour une consistance plus légère, ajouter le reste de l'eau de cuisson réservée, 2 c. à soupe à la fois, si désiré.)
- Ajouter les **épinards** et remuer pendant 1 min, jusqu'à ce qu'ils tombent. **Saler** et **poivrer**, au goût.

3



Cuire les rigatonis

- Entre-temps, ajouter les **rigatonis** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 8 à 10 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver ½ tasse (1 tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter.

6



Terminer et servir

- Répartir les **rigatonis** dans les assiettes.
- Parsemer de **persil**, du **reste** du **parmesan** et du **reste** des **flocons de piment**, si désiré.

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

2 | Cuire le bœuf

🔄 [Changer](#) | [Bœuf haché](#)

Si vous avez choisi le **bœuf**, le cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **chorizo****.

2 | Cuire le Beyond Meat®

🔄 [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, cuire les **galettes** de 5 à 6 min, en les défaisant en bouchées, jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes, de la même façon que la recette vous indique de cuire le **chorizo****.

2 | Cuire la dinde

🔄 [Changer](#) | [Dinde hachée](#)

Si vous avez choisi la **dinde**, la cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **chorizo****.