



Rigatonis au bacon, au fromage et au pesto crémeux avec légumes

Familiale

25 à 35 minutes

+ Ajouter



×2 Doubler



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

Filets de poitrine de poulet
310 g | 620 g

Tranches de bacon
200 g | 400 g



Rigatonis
170 g | 340 g



Tranches de bacon
100 g | 200 g



Pesto au basilic
¼ tasse | ½ tasse



Échalote
1 | 2



Parmesan, râpé grossièrement
¼ tasse | ½ tasse



Crème
56 ml | 113 ml



Poivron
1 | 2



Maïs en grains
113 g | 227 g



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



Cuire les rigatonis

- Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau chaude** et **1 c. à soupe de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter les **rigatonis** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **½ tasse** (1 tasse) d'**eau de cuisson**.
- Égoutter les **rigatonis** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.

2



Préparer

- + Ajouter | **Filets de poitrine de poulet**
- Entre-temps, évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Peler, puis émincer l'**échalote**.

3



Cuire le bacon

- *2 Doubler | **Tranches de bacon**
- Couper le **bacon** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **bacon** à la poêle sèche. Cuire de 7 à 9 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant**.
- Retirer la poêle du feu. À l'aide d'une cuillère à rainures, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout.
- Conserver **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **gras de bacon** dans la poêle, puis jeter l'excédent avec précaution.

4



Cuire les légumes

- Chauffer la poêle contenant le **gras de bacon réservé** à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **maïs**. Cuire de 2 à 3 min en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il ramollisse.
- Ajouter les **poivrons** et les **échalotes**. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent. **Saler et poivrer**.
- Saupoudrer du **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. Continuer de cuire pendant 1 min, en remuant constamment, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.

5



Assembler les pâtes

- Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **pesto** et l'**eau de cuisson réservée**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Dans la casserole contenant les **rigatonis**, ajouter le **mélange de légumes**, la **crème**, la **moitié du bacon** et la **moitié du parmesan**. Bien mélanger.
- **Saler et poivrer**, au goût.

6



Terminer et servir

- + Ajouter | **Filets de poitrine de poulet**
- Répartir les **rigatonis** dans les bols.
- Parsemer du **reste du parmesan** et du **reste du bacon**.

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

2 | Préparer et cuire le poulet

+ Ajouter | **Filets de poitrine de poulet**

Si vous avez ajouté les **filets de poitrine de poulet**, les sécher avec un essuie-tout. **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 poitrine de poulet**. Cuire de 3 à 4 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et entièrement cuits**. Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud. Utiliser la même poêle pour cuire le **bacon** à l'étape 3.

3 | Cuire le bacon

*2 Doubler | **Tranches de bacon**

Si vous avez doublé le **bacon**, le cuire de la même manière que la recette vous indique de cuire la **portion régulière de bacon**. Cuire en plusieurs étapes, au besoin.

6 | Terminer et servir

+ Ajouter | **Filets de poitrine de poulet**

Trancher finement le **poulet**. Garnir les bols 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 du bacon et du poulet atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.