



Tortellinis crémeux au fromage

avec pesto de tomates séchées et épinards

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://www.hellofresh.ca)

+ Ajouter



+ Ajouter



Filets de poitrine de poulet + 310 g | 620 g

Tranches de bacon 100 g | 200 g



Tortellinis au fromage 350 g | 700 g



Gousses d'ail 2 | 4



Crème 56 ml | 113 ml



Jeunes épinards 113 g | 227 g



Parmesan, râpé grossièrement ¼ tasse | ½ tasse



Échalote 1 | 2



Poivron 1 | 2



Pesto de tomates séchées ¼ tasse | ½ tasse



Fromage à la crème 1 | 2



Concentré de bouillon de légumes 1 | 2

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 tortellinis

- 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.
- 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** (1 tasse) d'eau de cuisson, puis égoutter les **tortellinis** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.

2



Préparer

- Entre-temps, peler, puis hacher finement l'**échalote**.
- Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.
- Évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Hacher grossièrement les **épinards**.

3



Cuire les légumes

+ Ajouter | Filets de poitrine de poulet

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis les **échalotes** et les **poivrons**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent.
- Ajouter l'**ail**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.
- **Saler et poivrer**.

4



Préparer la sauce crémeuse

- Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **fromage à la crème**, la **crème**, le **concentré de bouillon** et l'**eau de cuisson réservée**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** réduise légèrement.
- **Saler et poivrer**, au goût.

5



Assembler les tortellinis

- Verser la **sauce crémeuse** dans la casserole contenant les **tortellinis**, puis ajouter les **épinards** et le **pesto de tomates séchées**.
- Remettre la casserole à feu moyen et cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent et que les **tortellinis** soient enrobés de **sauce**.
- **Saler et poivrer** au goût.

6



Terminer et servir

+ Ajouter | Filets de poitrine de poulet

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Répartir les **tortellinis crémeux au fromage** dans les bols.
- Parsemer de **parmesan**.

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

Si vous avez commandé 6 portions, triplez les quantités de la recette pour 2 portions. Il se peut que vous ayez besoin de cuire en plusieurs étapes ou d'utiliser des plats de cuisson plus grands. À noter : De plus grandes quantités peuvent correspondre à des temps de cuisson plus longs, il faut donc suivre les indications visuelles et de température.

3 | Cuire les légumes et le poulet

+ Ajouter | Filets de poitrine de poulet

Si vous avez choisi le **poulet**, le 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 le **poulet**. Saisir de 3 à 4 min par côté jusqu'à ce que le **poulet** soit doré et entièrement cuit**. Transférer dans une assiette et couvrir pour garder au chaud. Utiliser la même poêle pour cuire les **légumes**.

3 | Cuire les légumes et le bacon

+ Ajouter | Tranches de bacon

Si vous avez ajouté le **bacon**, couper les tranches en deux dans le sens de la largeur. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter le **bacon** à la poêle sèche. Cuire de 5 à 7 min, en retournant à l'occasion, jusqu'à ce qu'il soit croustillant**. Retirer du feu. À l'aide de pinces, transférer le **bacon** dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Réserver. Jetez le gras de bacon restant, puis essuyer la poêle délicatement. Utiliser la même poêle pour cuire les **légumes**.

6 | Terminer et servir

+ Ajouter | Filets de poitrine de poulet

Trancher finement le **poulet**. Garnir les **tortellinis** de poulet.

6 | Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

Hacher grossièrement le **bacon**. Répartir le **bacon** sur les **tortellinis**.

* 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 le bacon et poulet jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille.