



Stromboli aux poivrons, épinards et bocconcinis

avec trempette à la sauce marinara

Végé

45 minutes

+ Ajouter



Tranches de
bacon
100 g | 200 g

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)



Bocconcinis
100 g | 200 g



Pâte à pizza
340 g | 680 g



Sauce marinara
½ tasse | 1 tasse



Poivron
1 | 2



Jeunes épinards
56 g | 113 g



Parmesan, râpé
grossièrement
½ tasse | 1 tasse



Tomate
1 | 2



Vinaigre
balsamique
½ c. à soupe |
½ c. à soupe



Tartinade à l'ail
2 c. à soupe |
4 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



Étirer la pâte

- Avant de commencer, sortir la pâte à pizza du frigo et la laisser reposer à température ambiante pendant 20 min.
- Préchauffer le four à 245 °C (475 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Saupoudrer de **farine** les deux côtés de la **pâte**.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, étirer la **pâte** pour former un ovale. (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson recouvertes de papier parchemin pour 4 pers.)
- Laisser reposer la **pâte** à température ambiante de 8 à 10 min.
- Ajouter la **moitié** de la **tartinade à l'ail** dans un petit bol allant au micro-ondes. Réchauffer au micro-ondes pendant 30 s, jusqu'à ce que la **tartinade** fonde. Réserver.

4



Cuire le stromboli

- Badigeonner la **pâte** de la **tartinade à l'ail fondue réservée**, puis, à l'aide de ciseaux, faire 3 fentes sur le dessus.
- Rôtir au **centre** du four de 18 à 25 min, jusqu'à ce que le **stromboli** soit doré et croustillant. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., cuire au centre et dans le haut du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

2



Préparer

- Pendant que la **pâte** repose, évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Hacher grossièrement la **moitié** des **épinards**.
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter le **reste** de la **tartinade à l'ail**, puis la **moitié** des **poivrons**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **poivrons** soient légèrement croquants. **Saler** et **poivrer**, puis retirer la poêle du feu.
- Ajouter les **épinards**. Remuer pendant 1 min, jusqu'à ce qu'ils tombent.

5



Assembler la salade

- Entre-temps, couper la **tomate** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Dans un bol moyen, ajouter la **moitié** du **vinaigre balsamique** (conserver le reste pour une autre recette) et ½ **c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant. Réserver.
- Dans le bol contenant la **vinaigrette**, ajouter le **reste** des **épinards**, le **reste** des **poivrons** et les **tomates**, puis bien mélanger.

3



Assembler le stromboli

+ Ajouter | Tranches de bacon

- S'enduire les mains de **farine** et étirer la **pâte** de nouveau pour former un rectangle de 23 x 33 cm (9 x 13 po). (**REMARQUE** : La pâte devrait conserver sa forme.)
- Étendre ¼ **tasse** du **mélange de sauce marinara** sur la **pâte** en laissant une bordure de 2,5 cm (1 po) sur tous les côtés.
- Garnir du **mélange poivrons-épinards** et parsemer de la **moitié** du **parmesan**. Parsemer de **boconcinis** déchirés.
- Partant du côté long du rectangle, replier la pâte avec précaution par-dessus la garniture. Disposer sur la plaque à cuisson, joint vers le bas.
- Pincer les extrémités, puis les rentrer sous le rouleau.

6



Terminer et servir

- Lorsque le **stromboli** sera cuit, le laisser refroidir pendant 5 min sur la plaque à cuisson.
- Entre-temps, réchauffer le **reste** de la **sauce marinara** au micro-ondes pendant 30 s, jusqu'à ce qu'elle soit bien chaude.
- À l'aide d'un couteau dentelé, trancher le **stromboli** en 8 **morceaux égaux**.
- Répartir le **stromboli** et la **salade** dans les assiettes.
- Parsemer la **salade** du **reste** du **parmesan**.
- Servir la **sauce marinara** chaude comme trempette.

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.

1 | Étirer la pâte et cuire le bacon

+ Ajouter | Tranches de bacon

Si vous avez ajouté le **bacon**, disposer les tranches de **bacon** en une seule couche sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Rôtir dans le **centre** du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et entièrement cuit**.

3 | Assembler le stromboli

+ Ajouter | Tranches de bacon

Hacher grossièrement le **bacon**. Garnir la pâte et la **sauce marinara** du **bacon**. Suivre le reste de la recette comme indiqué.