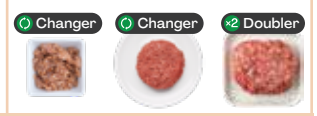




Birra Moretti présente : Spaghettis à la sauce ragù au bœuf rosée avec crème

Épicée 30 minutes



Protéine personnalisable + Ajouter 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](https://www.hellofresh.ca)

Saucisse italienne Beyond Meat® 250 g | 500 g
Bœuf haché doux, sans boyau 2 | 4 250 g | 500 g



Birra Moretti vous invite à déguster un authentique souper du dimanche avec HelloFresh.

Cette semaine, nous vous encourageons à partager de la bonne nourriture en bonne compagnie en vous proposant un repas d'inspiration italienne. Profitez tous les dimanches des plaisirs simples de la vie avec un mélange parfait de nourriture, de culture et de convivialité grâce à Birra Moretti.

Un bon valable pour deux canettes de 500 ml de Birra Moretti est inclus avec ce choix de repas.

BUVEZ DE FAÇON RESPONSABLE, VOUS DEVEZ AVOIR L'ÂGE LÉGAL POUR CONSOMMER DE L'ALCOOL.

- Bœuf haché 250 g | 500 g
- Spaghettis 170 g | 340 g
- Carotte 1 | 2
- Échalote 1 | 2
- Persil 7 g | 14 g
- Tomates broyées à l'ail et aux oignons 1 | 2
- Crème 56 ml | 113 ml
- Concentré de bouillon de bœuf 1 | 2
- Sel d'ail 1 c. à thé | 2 c. à thé
- Parmesan, râpé grossièrement 1/4 tasse | 1/2 tasse
- Flocons de piment 1 c. à thé | 1 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.
- **Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 :**
 - Doux : 1/8 c. à thé (1/4 c. à thé)
 - Moyen : 1/4 c. à thé (1/2 c. à thé)
 - Épicé : 1/2 c. à thé (1 c. à thé)

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau chaude** et **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, peler, puis couper l'**échalote** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po).
- Éplucher, puis râper grossièrement la **carotte**.
- Hacher grossièrement le **persil**.

4



Préparer la sauce ragù au bœuf rosée

- Entre-temps, ajouter les **tomates broyées**, le **concentré de bouillon**, le **sel d'ail** et **1/4 c. à thé de flocons de piment** dans la poêle contenant le **bœuf** et les **légumes**. (**REMARQUE :** Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Porter à légère ébullition.
- Réduire à feu moyen-doux. Cuire de 6 à 8 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Ajouter la **crème**, puis porter de nouveau à légère ébullition. **Salier** et **poivrer**.

2



Cuire le bœuf et les légumes

- 🔄 **Changer** | Saucisse italienne
- 🔄 **Changer** | Beyond Meat®
- *2 **Doubler** | Bœuf haché

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1/2 c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Ajouter les **carottes** et les **échalotes**. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient légèrement croquants.

5



Assembler les spaghettis à la sauce ragù au bœuf rosée

- Retirer la poêle du feu, puis ajouter les **spaghettis**, la **moitié** du **parmesan**, **1/2 tasse** (2 c. à soupe) de **beurre**. Bien mélanger pendant 1 min, jusqu'à ce que le **beurre** fonde et que les **spaghettis** soient enrobés. (**CONSEIL :** Pour une consistance plus légère, ajouter plus d'eau de cuisson, de 1 à 2 c. à soupe à la fois, si désiré.)

3



Cuire les spaghettis

- Entre-temps, ajouter les **spaghettis** 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 **3/4 tasse** (1 1/2 tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **spaghettis**.

6



Terminer et servir

- Répartir les **spaghettis à la sauce ragù au bœuf rosée** dans les assiettes.
- Garnir de **persil** et du **reste** du **parmesan**.
- Parsemer du **reste** des **flocons de piment**, si désiré.

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.

2 | Cuire la saucisse et les légumes

- 🔄 **Changer** | Saucisse italienne

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

2 | Cuire le Beyond Meat® et les légumes

- 🔄 **Changer** | Beyond Meat®

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

2 | Cuire le bœuf et les légumes

- *2 **Doubler** | Bœuf haché

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