

# Gnocchis super rapides façon spanakopita avec tomates éclatées et feta

Repas en 15 min 15 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)



Gnocchis  
350 g | 700 g



Petites tomates  
113 g | 227 g



Petits pois  
56 g | 113 g



Jeunes épinards  
56 g | 113 g



Oignon jaune,  
haché  
56 g | 113 g



Aneth  
7 g | 14 g



Crème  
113 ml | 226 ml



Feta, émiettée  
¼ tasse | ½ tasse



Parmesan, râpé  
grossièrement  
¼ tasse | ½ tasse



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.

Quantités d'ingrédients 56 g | 113 g  
2 personnes 4 personnes

1



## Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper les **tomates** en deux.
- Sur une plaque à cuisson non recouverte, arroser les **tomates** de **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile** et saupoudrer de **¼ c. à thé** (¼ c. à thé) de **sucre**. **Saler** et **poivrer**. Remuer pour enrober.
- Rôtir dans le **haut** du four de 4 à 6 min, jusqu'à ce que les **tomates** soient tendres et légèrement grillées.

2



## Préparer les gnocchis

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**. Tournoyer la poêle pendant 30 s, jusqu'à ce que le **beurre** fonde.
- Ajouter les **gnocchis**, les **oignons** et les **petits pois**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 2 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent et soient légèrement dorés.
- Saupoudrer du **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. Bien mélanger.

3



## Cuire les gnocchis

- Ajouter la **crème** et **1 tasse** (1 ½ tasse) d'**eau**. Bien mélanger. Porter à ébullition à feu élevé. Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **gnocchis** soient tendres et que la **sauce** épaississe légèrement.
- Entre-temps, à l'aide de ciseaux, couper grossièrement les **épinards** à même le sac.
- Retirer les **gnocchis** du feu. Ajouter les **épinards** et le **parmesan**. **Saler** et **poivrer**. Bien mélanger.

4



## Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Répartir les **gnocchis** dans les bols.
- Garnir de **tomates éclatées** et de **feta**.
- À l'aide de ciseaux, couper l'**aneth** au-dessus.

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

### Pour 6 portions

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 le bacon et préparer les gnocchis

+ Ajouter | Tranches de bacon

Si vous avez ajouté le **bacon**, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter le **bacon**. 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 pince de cuisine, transférer le **bacon** sur une assiette recouverte d'essuie-tout. Réserver. Jeter l'excédent de gras. Essuyer la poêle avec précaution. Utiliser la même poêle pour cuire les **gnocchis**.

## 4 | Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

Émietter le **bacon** grossièrement. Saupoudrer sur les **pâtes**.