



# Gnocchis rôtis au four super rapides

## avec tomates éclatées, courgettes et maïs

Repas 15 min

15 minutes



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
- Courgette  
1 | 2
- Crème  
56 ml | 113 ml
- Petites tomates  
113 g | 227 g
- Fromage de chèvre  
¼ tasse | ½ tasse
- Maïs en grains  
113 g | 227 g
- Mélange paprika fumé et ail  
3 g | 6 g
- Pesto de tomates séchées  
½ tasse | 1 tasse

**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



## Rôtir les gnocchis

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Sur une plaque à cuisson, arroser les **gnocchis** de **2 c. à soupe d'huile**. Bien mélanger.
- Rôtir au **centre** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que les **gnocchis** soient tendres et légèrement dorés. (**REMARQUE** : 2 plaques à cuisson pour 4 portions, avec 2 c. à soupe d'huile chacune; rôtir au centre et dans le bas du four.)

2



## Préparer et cuire les légumes

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Couper la **courgette** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **petites tomates**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **tomates éclatent**. **Saler** et **poivrer**, puis transférer dans une assiette.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre** à la même poêle, puis tourner jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter le **maïs** et les **courgettes**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **courgettes** soient légèrement croquantes. **Saler** et **poivrer**.

3



## Préparer la sauce

- Dans la poêle, ajouter le **mélange paprika fumé et ail**. Cuire pendant 30 s, en remuant constamment, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.
- Ajouter le **pesto de tomates séchées**, la **crème** et **¼ tasse** (½ tasse) d'**eau**. Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- **Saler** et **poivrer**.
- Retirer la poêle du feu.
- Ajouter les **gnocchis**. Remuer pour enrober.

4



## Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

- Répartir les **gnocchis** dans les assiettes.
- Garnir de **tomates éclatées**.
- Parsemer de **fromage de chèvre**.

• \*\* Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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 | Préparer et cuire les légumes

+ Ajouter | Tranches de bacon

Si vous avez ajouté le **bacon**, couper les lanières en deux dans le sens de la largeur. Chauffer la poêle à feu moyen. Lorsqu'elle est chaude, ajouter le **bacon**. Cuire de 5 à 7 min, en le 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'un essuie-tout. Réserver. Jeter le gras de **bacon** de la poêle. Essuyer soigneusement la poêle. Utiliser la même poêle pour cuire les légumes à l'étape 3.

## 4 | Terminer et servir

+ Ajouter | Tranches de bacon

Émietter le **bacon**. Parsemer de **bacon** et de fromage de chèvre.