

Fusillis poêlés façon pastitsio avec sauce style béchamel à la grecque

Familiale

30 à 40 minutes



Bœuf haché



Oignon jaune



Tomates broyées



Sel d'ail



Concentré de
bouillon de bœuf



Mélange d'épices
turc



Bébés épinards



Feta, émietté



Fromage à la crème



Fusillis



Persil

BONJOUR FETA

Un fromage salé et saumuré qui s'émiette facilement!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Passoire, cuillères à mesurer, petite casserole, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

| | 2 personnes | 4 personnes |
|-------------------------------|--------------|--------------|
| Bœuf haché | 250 g | 500 g |
| Tomates broyées | 370 ml | 796 ml |
| Sel d'ail | 1 c. à thé | 2 c. à thé |
| Concentré de bouillon de bœuf | 1 | 2 |
| Mélange d'épices turc | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Bébés épinards | 56 g | 113 g |
| Feta, émiettée | ¼ tasse | ½ tasse |
| Fromage à la crème | 43 g | 86 g |
| Fusillis | 170 g | 340 g |
| Persil | 7 g | 14 g |
| Oignon jaune | 113 g | 226 g |
| Sucre* | ½ c. à thé | 1 c. à thé |
| Beurre non salé* | 2 c. à soupe | 4 c. à soupe |
| Lait* | 3 c. à soupe | 6 c. à soupe |
| Huile* | | |
| Sel et poivre* | | |

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Cuire les fusillis et préparer

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, hacher grossièrement le **persil**.
- Peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Ajouter les **fusillis** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 9 à 11 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **½ tasse d'eau de cuisson** (doubler la qté pour 4 pers.), puis égoutter les **fusillis** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



Préparer la sauce style béchamel

- Entre-temps, ajouter dans une petite casserole le **fromage à la crème**, **3 c. à soupe de lait** et **3 c. à soupe de feta** (doubler les qtés pour 4 pers.).
- Chauffer à feu moyen. Cuire de 2 à 3 min, en fouettant souvent, jusqu'à l'obtention d'une **sauce** assez lisse et bien chaude.
- Ajouter **1 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis **saler** et **poivrer**, au goût. Fouetter jusqu'à ce que le **beurre** fonde.
- Retirer la casserole du feu.



Cuire le bœuf

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers), puis les **oignons**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent légèrement.
- Ajouter le **bœuf**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Assaisonner du **mélange d'épices turc** et du **sel d'ail**, puis **poivrer**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



Assembler les fusillis

- Dans la casserole contenant les **fusillis**, ajouter la **sauce à la viande**. Remettre la casserole à feu moyen-élevé, puis porter à légère ébullition.
- Ajouter les **épinards**, l'**eau de cuisson réservée**, la **moitié du persil** et **1 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.). Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent et que la **sauce** épaississe légèrement.
- **Saler** et **poivrer**, au goût.



Cuire la sauce à la viande

- Réduire à feu moyen-doux.
- Dans la poêle contenant le **bœuf**, ajouter les **tomates broyées**, le **concentré de bouillon** et **½ c. à thé de sucre** (doubler la qté pour 4 pers.). Cuire de 4 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.



Terminer et servir

- Répartir les **fusillis** dans les assiettes.
- Napper de **sauce style béchamel**, puis parsemer du **reste du persil** et du **reste du feta**.

Le souper, c'est réglé!