



Gratin de pennes à la saucisse avec légumes rôtis

Familiale

30 à 40 minutes

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)

⌚ Changer



Bœuf haché

250 g | 500 g

⌚ Changer



Beyond Meat®

2 | 4



Saucisse italienne douce, sans boyau
250 g | 500 g



Pennes
170 g | 340 g



Tomates broyées à l'ail et aux oignons
1 | 2



Poivron
1 | 2



Courgette
1 | 2



Mozzarella, râpée
¾ tasse | 1 ½ tasse



Mélange d'épices pour sauce crémeuse
1 c. à soupe | 2 c. à soupe



Concentré de bouillon de poulet
1 | 2

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



Cuire les pennes

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- 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.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Ajouter les **pennes** 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 **¾ tasse** (1 ½ tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **pennes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.

2



Préparer

- Entre-temps, évider, puis couper le **poivron** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Couper la **courgette** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).

3



Cuire les légumes et la saucisse

- [Changer](#) | [Bœuf haché](#)
- [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **courgettes** et les **poivrons** de **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Rôtir les **légumes** au **centre** du four de 6 à 8 min, jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis la **saucisse**. **Saler** et **poivrer**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défilant la **saucisse** en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée**.

4



Préparer la sauce

- Dans la poêle contenant la **saucisse**, ajouter le **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **saucisse** soit enrobée.
- Ajouter les **tomates broyées**, l'**eau de cuisson réservée** et le **concentré de bouillon**.
- **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Porter à ébullition. Retirer la poêle du feu.

5



Gratiner les pennes

- Dans la casserole contenant les **pennes**, ajouter la **sauce**, les **légumes** et la **moitié** de la **mozzarella**.
- **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger.
- Huiler légèrement un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) (23 x 33 cm [9 x 13 po] pour 4 pers.).
- Transférer les **pennes** dans le plat de cuisson. Parsemer du **reste** de la **mozzarella**.
- Rôtir au **centre** du four de 8 à 10 min, jusqu'à ce que le **fromage** soit doré et que la **sauce** épaisse légèrement.

6



Terminer et servir

- Laisser refroidir légèrement le **gratin de pennes à la saucisse**, de 2 à 3 min, puis le répartir dans les assiettes.

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

3 | Cuire les légumes et le bœuf

○ [Changer](#) | [Bœuf haché](#)

Si vous avez choisi le **bœuf haché**, le préparer, le faire cuire et le servir en suivant les mêmes directives que celles pour la **saucisse****.

3 | Cuire les légumes et le Beyond Meat®

○ [Changer](#) | [Beyond Meat®](#)

Si vous avez choisi le **Beyond Meat®**, le préparer, le faire cuire jusqu'à ce qu'il soit croustillant et le servir en suivant les mêmes directives que celles pour la **saucisse****.

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



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.