



LINGUINES AU CHORIZO

avec aubergines et tomates séchées au soleil

PRONTO



BONJOUR LINGUINE

En italien, le mot *linguine* signifie « petite langue ».

TEMPS: 30 MIN



Saucisse chorizo,
sans boyau



Ail



Oignon,
haché



Mini aubergine



Persil



Tomates séchées



Tomates en dés



Linguine



Fromage
bocconcini



Vinaigre
balsamique

SORTEZ

- Tasses à mesurer
- Grande poêle antiadhésive
- Cuillères à mesurer
- Grande casserole
- Passoire
- Petit bol
- Presse-ail
- Sel et poivre
- Sucre (½ c. à thé | 1 c. à thé)
- Huile d'olive ou de canola

INGRÉDIENTS

2 pers | 4 pers

- Saucisse chorizo, sans boyau 250 g | 500 g
- Ail 6 g | 12 g
- Oignon, haché 56 g | 113 g
- Mini aubergine 160 g | 320 g
- Persil 7 g | 14 g
- Tomates séchées 28 g | 56 g
- Tomates en dés 1 boîte | 2 boîtes
- Linguine 1 170 g | 340 g
- Fromage bocconcini 2 100 g | 200 g
- Vinaigre balsamique 9 1 c. à table | 2 c. à table

ALLERGENS | ALLERGÈNES

Some ingredients are produced in a facility that also processes milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.

Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soya, les sulfites, les noix et le blé.

- 0 Fish/Poisson
- 1 Wheat/Blé
- 2 Milk/Lait
- 3 Egg/Oeuf
- 4 Soy/Soja
- 5 Tree Nut/Noix
- 6 Mustard/Moutarde
- 7 Peanut/Cacahuète
- 8 Sesame/Sésame
- 9 Sulphites/Sulfites
- 10 Crustacean/Crustacé
- 11 Shellfish/Fruit de Mer

*Wash and dry all produce.

**Cook to a min. internal temp. of 71 °C/160 °F.



BON DÉPART

À l'étape 2, les aubergines sont cuites dans une poêle sèche (sans huile) pour leur permettre de brunir plus facilement. Il est aussi recommandé d'utiliser une poêle antiadhésive pour éviter qu'elles ne collent!



1 PRÉPARATION Laver et sécher tous les aliments.*

Dans une grande casserole, ajouter **12 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** et porter à ébullition. (**NOTE:** mêmes quantités pour 4 pers.) Entre-temps, peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Couper les **tomates séchées** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Couper les **aubergines** en morceaux de 1,25 cm (½ po).



4 CUIRE LE CHORIZO

Entre-temps, dans la même poêle à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis les **oignons** et les **tomates séchées**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent, de 3 à 4 min. Ajouter le **chorizo** et l'**ail**. Cuire le **chorizo** en le défaisant en morceaux jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée, de 3 à 5 min. (**ASTUCE:** cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F**)



2 CUIRE L'AUBERGINE

Dans une grande poêle antiadhésive sèche à feu moyen-élevé, ajouter les **aubergines**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'elles ramollissent et soient brun doré, de 5 à 6 min. Retirer la poêle du feu. Réserver les **aubergines** dans une assiette. (**ASTUCE:** cuire en 2 étapes pour 4 pers.)



5 PRÉPARER LA SAUCE

Dans la même poêle, ajouter les **tomates en dés**, les **aubergines**, l'**eau de cuisson réservée**, **1 c. à table de vinaigre** (doubler pour 4 pers) et **½ c. à thé de sucre** (doubler pour 4 pers). **Saler** et **poivrer**. Porter à ébullition à feu moyen-élevé. Lorsque l'**eau** bout, baisser à feu moyen. Mijoter en remuant à l'occasion jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 4 à 5 min.



3 CUIRE LES PÂTES

Briser les **linguines** en deux, puis les ajouter à l'**eau bouillante**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 10 à 12 min. Lorsque les **linguines** sont cuites, réserver **¼ tasse d'eau de cuisson** (doubler pour 4 pers), puis égoutter.



6 FINIR ET SERVIR

Hacher grossièrement le **persil**. Dans un petit bol, déchirer le **bocconcini**, puis **saler** et **poivrer**. Ajouter les **linguines** à la **sauce**, puis répartir le tout dans les bols. Saupoudrer de **persil** et garnir de **bocconcini**.

FUSION!

Le chorizo donne une touche espagnole à ce plat italien!