

Ragù au bœuf et au porc

avec orzo et pain gratiné

Familiale

Rapido

20 à 30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Mélange de bœuf et
de porc hachés



Dinde hachée



Orzo



Pain ciabatta



Bébés épinards



Cheddar blanc, râpé



Tomates broyées à
l'ail et aux oignons



Assaisonnement
italien

BONJOUR ORZO

On dirait du riz, mais ce sont des pâtes!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Dans une casserole moyenne, ajouter 6 tasses d'eau et 1 c. à thé de sel (les mêmes qtés pour 4 pers.).
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.

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

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, pinceau à pâtisserie en silicone, tamis, papier parchemin, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout, casserole moyenne

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Mélange de bœuf et de porc hachés	250 g	500 g
Dinde hachée	250 g	500 g
Orzo	170 g	340 g
Pain ciabatta	1	2
Bébés épinards	28 g	56 g
Cheddar blanc, râpé	½ tasse	1 tasse
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sucre*	½ c. à thé	1 c. à thé
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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

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

    @HelloFreshCA



Commencer l'orzo

- Ajouter l'**orzo** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que l'**orzo** soit tendre.
- Réserver **¼ tasse d'eau de cuisson**. Égoutter et remettre l'**orzo** dans la même casserole, hors du feu. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**. Remuer pendant 1 min, jusqu'à ce que le **beurre** fonde. Couvrir et réserver.



Préparer les pains gratinés

- Entre-temps, couper les **ciabattas** en deux, et les disposer, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Badigeonner de **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler et poivrer**, puis parsemer de la **moitié du fromage**.
- Griller au **centre** du four de 4 à 6 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés et que le **fromage** fonde. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Commencer à préparer la sauce ragù

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis le **mélange de bœuf et de porc**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **mélange de bœuf et de porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**. **Saler et poivrer**.

Si vous avez choisi la **dinde**, la faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **mélange de bœuf et de porc**.



Ajouter les épinards et l'orzo

- Hacher grossièrement les **épinards**.
- Lorsque l'**orzo** sera prêt, ajouter les **épinards** et l'**orzo** à la casserole contenant la **sauce**. (**CONSEIL** : Pour une consistance plus légère, ajouter l'eau de cuisson réservée, de 1 à 2 c. à soupe à la fois, si désiré.) Poursuivre la cuisson de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **épinards** tombent. Retirer la poêle du feu.



Terminer la sauce ragù

- Ajouter à la casserole les **tomates broyées à l'ail et aux oignons**, l'**assaisonnement italien** et **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **sucres**. **Saler et poivrer**.
- Porter à légère ébullition, puis réduire à feu moyen-doux. Laisser mijoter de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaisse légèrement.



Terminer et servir

- Couper les **pains** en triangles.
- Répartir le **ragù au bœuf et au porc** dans les assiettes. Parsemer du **reste du fromage**.
- Servir les **pains gratinés** en accompagnement.

Le souper, c'est réglé!