

Ragù au bœuf et au porc

avec orzo et pain gratiné

Familiale

Rapido

25 minutes



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



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!



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, casserole moyenne, papier parchemin, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Mélange de bœuf et de porc hachés	250 g	500 g
Porc haché	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	1	2
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Oignon, haché	56 g	113 g
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.



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** (½ 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.



Commencer la sauce ragù

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **oignons** et le **mélange de bœuf et de porc**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant la **viande** en petits morceaux, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent et que la **viande** perde sa couleur rosée**. **Poivrer** et assaisonner de **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sel d'ail**.

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



Terminer la sauce ragù

- Ajouter les **tomates broyées**, l'**assaisonnement italien** et **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre**. **Poivrer** et assaisonner de **½ c. à thé** (1 c. à thé) de **sel d'ail**.
- 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.



Préparer les pains gratinés

- Entre-temps, couper la **ciabatta** en deux.
- 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**. **Poivrer** et assaisonner de **¼ c. à thé** (½ c. à thé) de **sel d'ail**, puis parsemer de la **moitié** du **fromage**.
- Cuire 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!)



Apprêter l'orzo

- Hacher grossièrement les **épinards**.
- Dans la casserole contenant l'**orzo**, ajouter les **épinards** et 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.) Remuer de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les **épinards** tombent 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.

Répartir le **ragù de porc** dans les assiettes.

Le souper, c'est réglé!