

# Raviolis aux champignons crémeux avec épinards

Végé

20 min



## RECETTE PERSONNALISÉE

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



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



Raviolis aux champignons



Champignons



Mélange d'épices pour sauce crémeuse



Gousses d'ail



Échalote



Filets de poulet



Bébés épinards



Crème



Parmesan, râpé grossièrement



Vin blanc de cuisine

BONJOUR RAVIOLIS

*Ces moelleux petits dumplings farcis de champignons cuisent en un rien de temps!*

## D'abord

- Avant de commencer, ajouter dans une grande casserole 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.

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

## Matériel requis

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

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Raviolis aux champignons	350 g	700 g
Filets de poulet	340 g	680 g
Champignons	113 g	227 g
Bébés épinards	28 g	56 g
Mélange d'épices pour sauce crémeuse	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Crème	56 ml	113 ml
Gousses d'ail	1	2
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Échalote	1	2
Vin blanc de cuisine	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Beurre non salé*	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

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

♦ L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

## 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 Préparer

- Trancher finement les **champignons**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Peler, puis couper l'**échalote** en morceaux de 1,25 cm (½ po).

Si vous avez choisi d'ajouter les **filets de poulet**, les sécher avec des essuie-tout. **Saler et poivrer**. Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter ½ c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **filets de poulet**. Saisir de 3 à 4 min par côté, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et entièrement cuits\*\*. Transférer le **poulet** dans une assiette. Utiliser la même poêle pour cuire les **champignons** à l'étape 3.



### 4 Commencer la sauce

- Dans la poêle contenant les **légumes**, ajouter le **mélange d'épices pour sauce crémeuse**. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **légumes** soient enrobés.
- Ajouter le **vin de cuisine**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant constamment, jusqu'à ce que le **mélange** soit combiné et réduise légèrement.
- Incorporer la **crème** et l'**eau de cuisson réservée**, puis porter à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.



### 2 Cuire les raviolis

- Ajouter les **raviolis** à l'**eau bouillante**. Cuire de 3 à 4 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 **raviolis**.



### 5 Terminer la sauce et assembler les raviolis

- Dans la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **épinards**. Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent.
- Ajouter les **raviolis** et la **moitié** du **parmesan**. Mélanger doucement pendant 30 s, jusqu'à ce que le **parmesan** fonde et que les **raviolis** soient enrobés.
- **Saler et poivrer**, au goût.



### 3 Sauter les champignons

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter 1 ½ c. à soupe (3 c. à soupe) de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter les **champignons** et les **échalotes**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **champignons** soient dorés.
- Ajouter l'**ail**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.
- **Saler et poivrer**.



### 6 Terminer et servir

- Répartir les **raviolis** dans les bols.
- Parsemer du **reste du parmesan**.

Répartir le **poulet** sur les **raviolis**.

**Le souper, c'est réglé!**