



Raviolis de fruits de mer dans une sauce rosée avec champignons, pignons et pain à l'ail

30 minutes



Crevettes

285 g | 570 g

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



Raviolis de fruits de mer
350 g | 700 g



Crème
113 ml | 237 ml



Base de sauce tomate
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Champignons
113 g | 227 g



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



Gousses d'ail
2 | 4



Estragon
7 g | 7 g



Pignons
28 g | 28 g



Pain ciabatta
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



Préparer

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Sortir du frigo 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de beurre. Le laisser atteindre une température ambiante.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau chaude** et **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, trancher finement les **champignons**.
- Détacher les **feuilles d'estragon** des branches, puis en hacher finement **1 c. à soupe** (2 c. à soupe).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Dans un petit bol, mélanger le **beurre ramolli** et la **moitié de l'ail**. **Saler et poivrer**.

2



Griller les pignons

+ Ajouter | Crevettes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter les **pignons** à la poêle sèche.
- Griller de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **pignons** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer les **pignons** dans une assiette.

3



Cuire les raviolis

- Ajouter les **raviolis** à l'**eau bouillante**, puis réduire à feu moyen-élevé.
- Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **½ tasse** (1 tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **raviolis**.

4



Cuire la sauce

- Lorsque les **pignons** seront grillés, chauffer la même poêle à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **beurre**, puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter les **champignons**, puis **saler et poivrer**. Cuire de 4 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **champignons** soient dorés.
- Ajouter le **reste de l'ail**. Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.
- Saupoudrer du **mélange d'épices pour sauce crémeuse**, puis ajouter l'**eau de cuisson réservée**, la **crème** et la **base de sauce tomate**.
- Porter à légère ébullition. Laisser mijoter de 1 à 2 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** réduise légèrement.

5



Terminer les raviolis et préparer les ciabattas

- Dans la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **raviolis**.
- Cuire de 1 à 2 min, en remuant délicatement à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement et que les **raviolis** soient enrobés.
- Retirer la poêle du feu et parsemer de la **moitié de l'estragon**. **Saler et poivrer**, puis mélanger délicatement.
- Pendant que la **sauce mijote**, couper la **ciabatta** en deux.
- Disposer les **pains**, côté coupé vers le haut, sur une plaque à cuisson non recouverte. Étendre le **beurre à l'ail** sur les côtés coupés.

6



Terminer et servir

+ Ajouter | Crevettes

- Griller les **pains** dans le **haut** du four de 1 à 2 min, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Couper les **pains** en deux, à la diagonale.
- Répartir les **raviolis** dans les bols. Parsemer de **pignons** et du **reste de l'estragon**, si désiré.
- Servir les **pains à l'ail** en accompagnement.

2 | Cuire les crevettes

+ Ajouter | Crevettes

Si vous avez ajouté les **crevettes**, les rincer et les égoutter à l'aide d'un tamis, puis les sécher avec un 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 **crevettes**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses**. Retirer du feu, puis transférer dans une assiette. Utiliser la même poêle pour cuire la **sauce** à l'étape 4.

6 | Terminer et servir

+ Ajouter | Crevettes

Garnir les bols de **crevettes**.

** Cuire les raviolis et les crevettes jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 72 °C (162 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement. Le temps de cuisson peut varier selon la taille. L'emballage garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

