

Rigatonis à la ricotta gratinés au four avec épinards et mozzarella

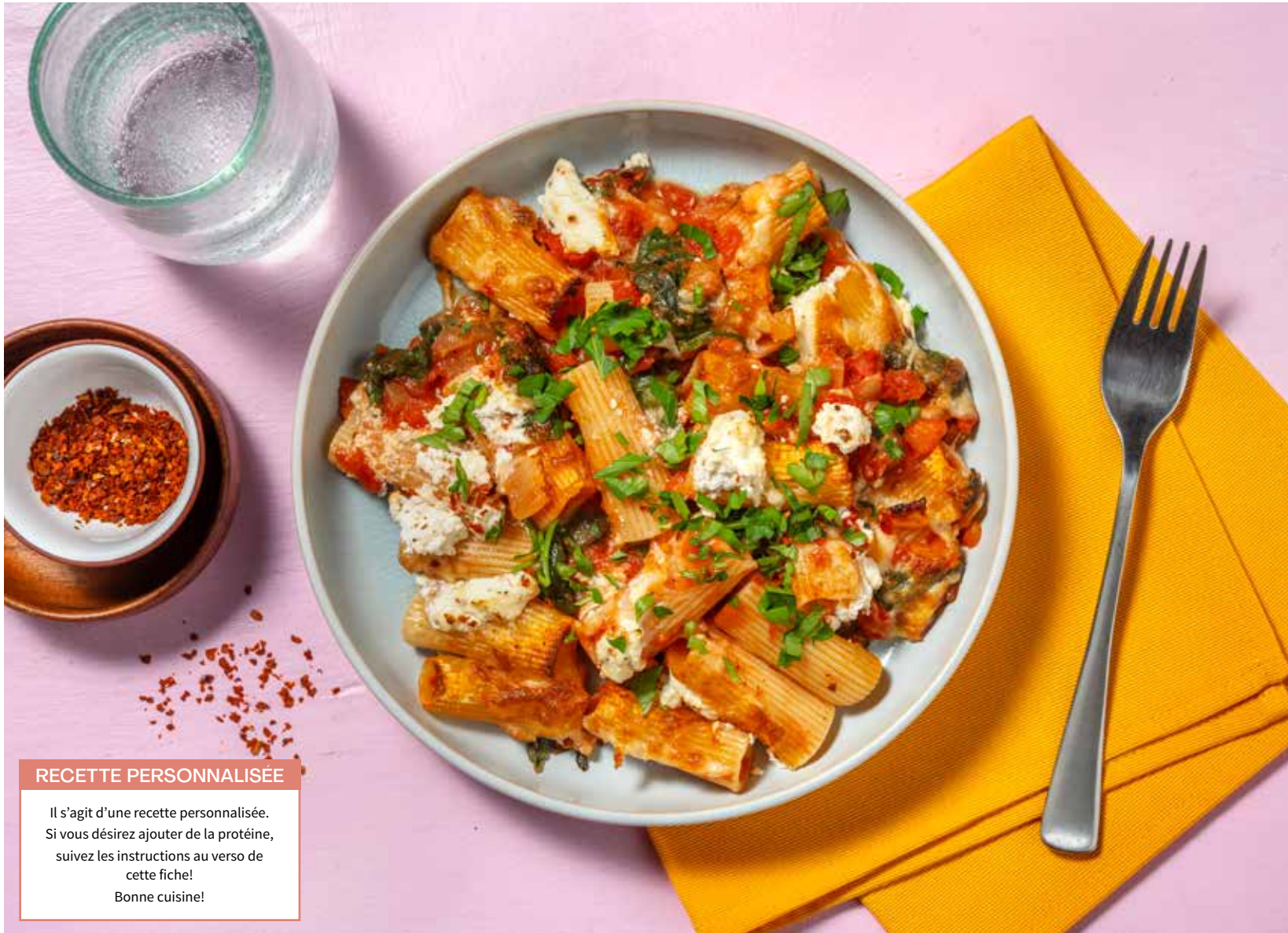
Végé

Épicée (au goût)

35 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 ajouter de la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Ricotta



Crevettes



Rigatonis



Oignon jaune



Bébés épinards



Gousses d'ail



Tomates broyées à l'ail et aux oignons



Mozzarella, râpée



Concentré de bouillon de légumes



Sel d'ail



Flocons de piment



Persil

BONJOUR MOZZARELLA

Un fromage crémeux qui rehausse les pâtes cuites au four!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- 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

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 1 :

- Doux : **1/2 c. à thé** (1/4 c. à thé)
- Moyen : **3/4 c. à thé** (1/2 c. à thé)
- Épicé : **1 c. à thé** (1 c. à thé)

Matériel requis

Passoire, poêle moyenne allant au four, cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande casserole

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Ricotta	100 g	200 g
Crevettes	285 g	570 g
Rigatonis	170 g	340 g
Oignon jaune	113 g	226 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Gousses d'ail	3	6
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	1	2
Mozzarella, râpée	3/4 tasse	1 1/2 tasse
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Flocons de piment	1 c. à thé	2 c. à thé
Persil	7 g	7 g
Sucre*	1/2 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.

1



Préparer

• Dans une grande casserole, ajouter **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.

- Entre-temps, peler, puis couper l'**oignon** en morceaux de 0,5 cm (1/4 po).
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Hacher grossièrement le **persil**.
- Hacher grossièrement les **épinards**. (**CONSEIL** : Placer les épinards dans un bol, puis les hacher grossièrement à l'aide d'une paire de ciseaux de cuisine.)

• Dans le contenant de **ricotta**, ajouter la **moitié du sel d'ail** et **1/4 c. à thé de flocons de piment**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) **Poivrer**, puis bien mélanger.

4



Préparer la sauce

- Dans la poêle contenant les **oignons**, ajouter l'**ail** et le **reste du sel d'ail**, puis poivrer. Cuire pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- Ajouter les **tomates broyées**, le **concentré de bouillon** et **1/2 c. à thé** (1 c. à thé) de **sucre**. Porter à légère ébullition, puis réduire à feu moyen-doux. Poursuivre la cuisson de 6 à 8 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.

2



Cuire les rigatonis

- Ajouter les **rigatonis** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 10 à 13 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **1/4 tasse** (1/2 tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **rigatonis**.

Si vous avez choisi d'ajouter les **crevettes**, à l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**. Chauffer une poêle moyenne allant au four (une grande poêle allant au four pour 4 pers.) à feu moyen-élevé. Ajouter **1/2 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 qu'elles deviennent roses**. Transférer les **crevettes** dans une assiette. Utiliser la même poêle pour cuire les oignons à l'étape 3.

5



Assembler et gratiner les pâtes

- Dans la poêle contenant la **sauce**, ajouter les **rigatonis**, les **épinards**, l'**eau de cuisson réservée** et la **moitié de la mozzarella**. **Saler** et **poivrer**, au goût, puis bien mélanger. (**REMARQUE** : À défaut d'une poêle allant au four, transférer le mélange dans un plat de cuisson pour 2 pers., soit de 20 x 20 cm [8 x 8 po]. Pour 4 pers., transférer le mélange dans un plat de cuisson de 23 x 33 cm [9 x 13 po].)
- Parsemer du **reste de la mozzarella**, puis couronner d'**un soupçon de ricotta** assaisonnée.
- Griller au **centre** du four de 3 à 5 min, jusqu'à ce que le **fromage** soit doré.

Ajouter les **crevettes** à la poêle avec la **sauce** au moment d'assembler le plat de **pâtes**.

3



Cuire les oignons

- Entre-temps, chauffer une poêle moyenne allant au four (une grande poêle) à feu moyen.
- Ajouter **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**, puis les **oignons**. **Saler** et **poivrer**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** soient tendres.

6



Terminer et servir

- Laisser les **rigatonis** se refroidir pendant 5 min.
- Répartir les **rigatonis** dans les assiettes.
- Parsemer de **persil**.
- Parsemer du **reste des flocons de piment**, si désiré.

Le souper, c'est réglé!