



# Rigatonis gratinés au bœuf avec légumes et sauce tomate

20 min



Saucisse italienne douce, sans boyau  
250 g | 500 g

Recette personnalisée **+** 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](https://hellofresh.ca)



Bœuf haché  
250 g | 500 g



Rigatonis  
170 g | 340 g



Courgette  
1 | 2



Sel d'ail  
½ c. à thé |  
1 c. à thé



Bébés épinards  
28 g | 56 g



Fromage à la crème  
1 | 2



Mozzarella, râpée  
¾ tasse | 1 ½ tasse



Assaisonnement italien  
½ c. à soupe |  
1 c. à soupe



Tomates broyées à l'ail et aux oignons  
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).
- 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.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper la **courgette** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 1,25 cm (½ po).
- Hacher grossièrement les **épinards**.

4



### Préparer la sauce

- Dans la poêle contenant le **bœuf** et les **courgettes**, ajouter la **moitié** de l'**assaisonnement italien** (toute la qté pour 4 pers.) et la **moitié** du **sel d'ail** (toute la qté pour 4 pers.). **Poivrer**.
- Cuire pendant 1 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.
- Ajouter les **tomates broyées** et l'**eau de cuisson réservée**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout soit bien chaud.
- Ajouter les **épinards**, le **fromage à la crème** et la **moitié** de la **mozzarella**.
- Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent et que la **sauce** soit homogène. **Saler et poivrer**, au goût.

2



### Cuire les rigatonis

- Ajouter les **rigatonis** à l'**eau bouillante**. Cuire de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver ¼ **tasse** (½ tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **rigatonis** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.

5



### Assembler et griller

- Entre-temps, huiler un plat de cuisson de 20 x 20 cm (8 x 8 po) avec ½ c. à thé d'**huile**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., utiliser un plat de cuisson de 23 x 33 cm [9 x 13 po] et 1 c. à thé d'**huile**.)
- Lorsque la **sauce** sera terminée, l'ajouter à la casserole contenant les **rigatonis** et remuer pour enrober.
- Transférer les **rigatonis** dans le plat de cuisson préparé, puis parsemer du **reste** de la **mozzarella**.
- Griller au **centre** du four de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde. (**CONSEIL** : Surveiller le fromage pour ne pas le brûler!)

3



### Cuire le bœuf et les courgettes

🔄 [Changer](#) | [Saucisse italienne](#)

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter le **bœuf** et les **courgettes** à la poêle sèche.
- Cuire de 5 à 7 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée et que les **courgettes** soient légèrement croquantes\*\*.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.

6



### Terminer et servir

- Laisser les **rigatonis** refroidir de 2 à 3 min avant de servir.
- Répartir dans les assiettes.

Unités de mesure à chaque étape

1 c. à soupe	(2 c. à soupe)	d'huile
2 personnes	4 personnes	Ingrédient

## 3 | Cuire la saucisse et les courgettes

🔄 [Changer](#) | [Saucisse italienne](#)

Si vous avez choisi la **saucisse**, la cuire de la même façon que la recette vous indique de cuire le **bœuf**\*\*.

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



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