

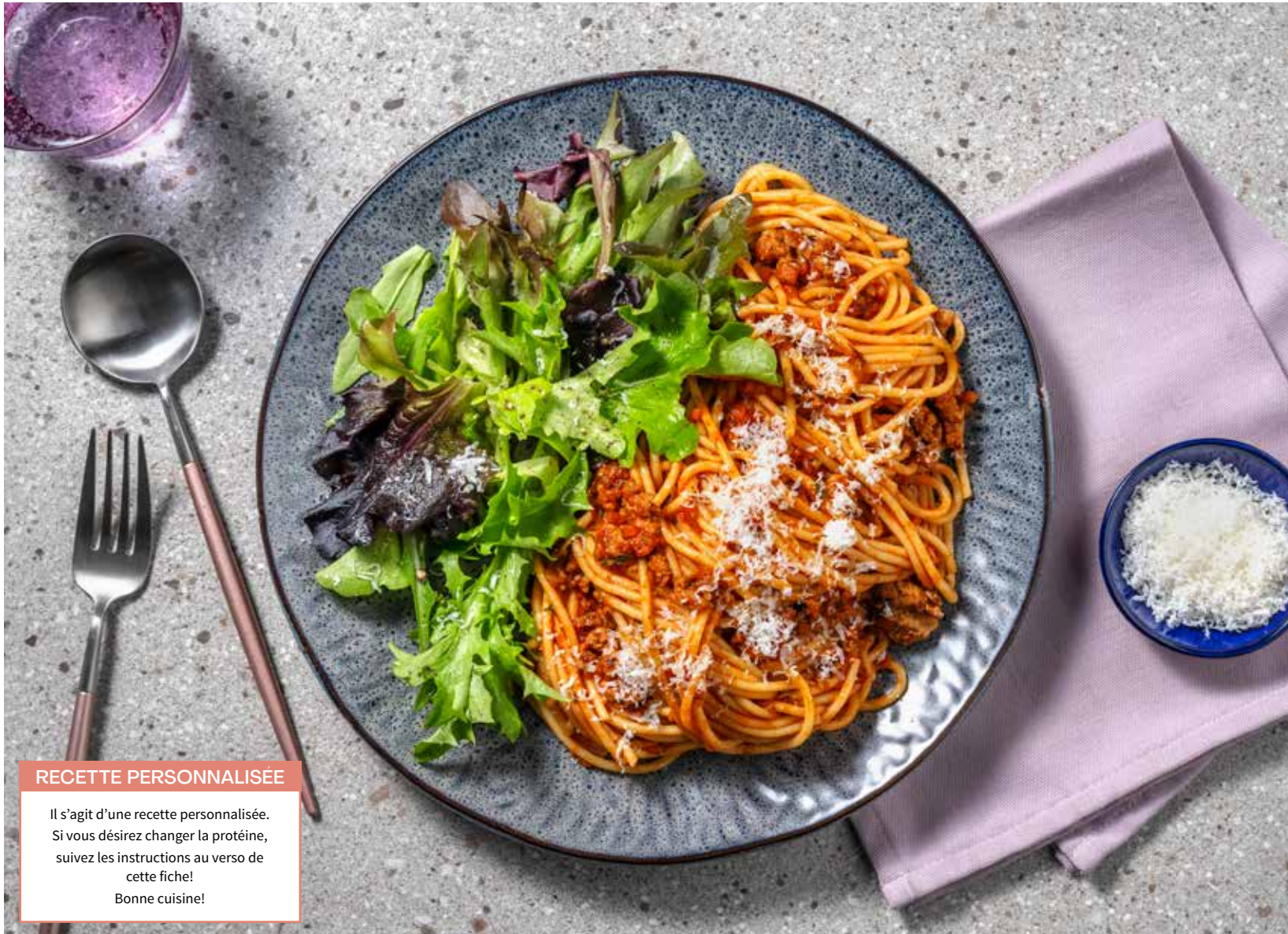
Spaghettis à la bolognaise de porc avec salade fraîche

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!



Porc haché



Boeuf haché



Spaghettis



Mirepoix



Mélange printanier



Thym



Sauce marinara



Crème



Parmesan, râpé grossièrement



Purée d'ail



Bouillon de poulet en poudre



Vinaigre de vin rouge

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, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Bœuf haché	250 g	500 g
Spaghettis	170 g	340 g
Mirepoix	113 g	227 g
Mélange printanier	56 g	113 g
Thym	7 g	7 g
Sauce marinara	½ tasse	1 tasse
Crème	56 ml	113 ml
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Purée d'ail	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Bouillon de poulet en poudre	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sucre*	1 c. à thé	2 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

- Détacher des **branches** les **feuilles de thym**, puis les hacher grossièrement.



2 Commencer la sauce bolognaise

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, puis la **mirepoix**, la **purée d'ail** et le **porc**. **Saler et poivrer**.
- Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.

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



3 Cuire les spaghettis

- Entre-temps, ajouter les **spaghettis** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **½ tasse** (1 tasse) d'**eau de cuisson**.
- Lorsque les **spaghettis** seront cuits, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



4 Terminer la sauce bolognaise

- Dans la poêle contenant le porc, ajouter le **thym**, la **sauce marinara**, le **bouillon en poudre**, la **crème** et **¼ tasse** (½ tasse) d'**eau de cuisson réservée**.
- Porter à ébullition.
- Réduire à feu moyen-doux. Laisser mijoter de 8 à 10 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.



5 Assembler la salade

- Entre-temps, fouetter dans un grand bol le **vinaigre**, **1 c. à thé** (2 c. à thé) de **sucre** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**.
- Ajouter le **mélange printanier**. **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.



6 Terminer et servir

- Dans la casserole contenant les **spaghettis**, ajouter la **sauce bolognaise**, puis remuer pour enrober. (**CONSEIL** : Pour une consistance plus légère, ajouter plus d'eau de cuisson, de 1 à 2 c. à soupe à la fois, si désiré.)
- Répartir les **spaghettis** à la **bolognaise** et la **salade** dans les assiettes.
- Parsemer de **parmesan**.

Le souper, c'est réglé!