

Goulash au bœuf effiloché façon américaine

avec cavatappis, poivrons et crème sure

20 minutes



Bœuf effiloché



Concentré de bouillon de bœuf



Crème sure



Carotte



Poivron



Mélange paprika fumé et ail



Tomates broyées à l'ail et aux oignons



Sauce worcestershire



Cavatappis

BONJOUR BŒUF EFFILOCHÉ

Toute la saveur d'un repas à la mijoteuse en une fraction du temps!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

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

Ingrédients

	2 Personnes	4 Personnes
Bœuf effiloché	250 g	500 g
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Crème sure	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Carotte	170 g	340 g
Poivron	160 g	320 g
Mélange paprika fumé et ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Tomates broyées à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Sauce worcestershire	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Cavatappis	170 g	340 g
Beurre non salé*	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F).

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire cuire les pâtes

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel**. (**REMARQUE :** Utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes.) Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Ajouter les **cavatappis** à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire à découvert de 8 à 9 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient tendres



Terminer le goulash

Incorporer les **tomates broyées**, le **concentré de bouillon**, la **sauce worcestershire** et **1 tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Salier et poivrer**. Porter à ébullition à feu élevé, puis réduire à feu moyen-élevé. Faire cuire de 6 à 8 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** soient tendres et le **bœuf** complètement réchauffé**.



Préparer

En attendant que l'**eau** bouille, évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis couper la **carotte** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).



Terminer les pâtes

Égoutter les **pâtes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu. Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis bien mélanger. **Salier et poivrer**.



Commencer le goulash

Pendant que les **pâtes** cuisent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les morceaux de **poivron** et de **carotte**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **légumes** aient légèrement ramolli. Émietter le **bœuf** dans la poêle. **Salier et poivrer**, puis saupoudrer du **mélange de paprika fumé et ail**. Bien mélanger.



Terminer et servir

Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) au **goulash**, puis bien mélanger jusqu'à ce que le **beurre** ait fondu. Répartir les **pâtes** dans les bols. Verser le **goulash** sur les **pâtes**, puis couronner d'un soupçon de **crème sure**.

Le repas est prêt!