



# Involtini de tortilla à la saucisse italienne avec salade d'épinards

VARIÉTÉ 35 minutes



Saucisse italienne douce, sans boyau



Échalote



Poivron



Coulis de tomate



Ail



Tortillas de blé



Origan



Bébés épinards



Fromage mozzarella, râpé



Vinaigre de vin rouge



Concentré de bouillon de légumes



Flocons de piment

**BONJOUR INVOLTINI!**

Ce mot italien désigne une « garniture enrobée de pâte ».

# Bon départ

Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction griller, puis laver et sécher tous les aliments.

## Guide pour le niveau d'épice à l'étape 2:

- Doux: 1/8 c. à thé
- Moyen: 1/4 c. à thé
- Épicé: 1/2 c. à thé
- Très épicé: 1 c. à thé

## Sortez

Presse-ail, grande casserole, cuillères à mesurer, fouet, plat de cuisson (20 sur 20 cm), bol moyen, tasses à mesurer

## Ingrédients

	2 pers	4 pers
Saucisse italienne douce, sans boyau	250 g	500 g
Échalote	50 g	100 g
Poivron	160 g	320 g
Coulis de tomate	1 boîte	2 boîtes
Ail	6 g	12 g
Tortillas de blé	6	12
Origan	7 g	7 g
Bébés épinards	113 g	227 g
Fromage mozzarella, râpé	1/2 tasse	1 tasse
Vinaigre de vin rouge	1 c. à table	2 c. à table
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Flocons de piment 🌶️	1 c. à thé	1 c. à thé
Sucre*	1 c. à thé	2 c. à thé
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Pas inclus dans la boîte

\*\* Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F.

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

*Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.*

## Nous joindre

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



## 1. PRÉPARATION

Évider les **poivrons**, puis les couper en lanières. Hacher grossièrement **1 c. à table** de **feuilles d'origan** (doubler pour 4 pers). Peler, puis émincer l'**échalote**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.



## 4. ASSEMBLAGE

Dans la même casserole, ajouter **la moitié** d'**épinards**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'ils tombent, de 1 à 2 min. **Saler et poivrer**. Réserver **1 tasse** de **garniture** (doubler pour 4 pers). Disposer les **tortillas** sur une surface propre, puis les farcir **du reste** de **garniture**. Fermer en roulant et disposer, joint vers le bas, dans un plat de cuisson de 20 sur 20 cm légèrement huilé (23 sur 33 cm pour 4 pers).



## 2. COMMENCER LA GARNITURE

Dans une grande casserole à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis les **échalotes** et **la moitié** des **poivrons**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 2 à 3 min. Ajouter la **saucisse**, l'**origan**, l'**ail** et **1/4 c. à thé** de **flocons de piment** (**NOTE**: se référer à la section Bon départ pour le niveau d'épice). Cuire la **saucisse** en la défaisant en morceaux jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée, de 2 à 4 min. \*\*



## 5. GRILLER LES INVOLTINS

Recouvrir de la **garniture réservée**, puis saupoudrer de **fromage**. Griller au **centre** du four jusqu'à ce que le **fromage** fonde, de 3 à 4 min.



## 3. FINIR LA GARNITURE ET MARINER LES POIVRONS

Dans la même casserole, ajouter le **coulis** et le **concentré de bouillon**. Baisser à feu moyen-doux et mijoter en remuant à l'occasion jusqu'à ce que la **garniture** épaississe, de 10 à 12 min. Entre-temps, fouetter le **vinaigre**, **1 c. à thé** de **sucre** et **1 c. à table** d'**huile** (doubler l'huile et le sucre pour 4 pers) dans un bol moyen. Ajouter **le reste** des **poivrons** et mélanger.



## 6. FINIR ET SERVIR

Ajouter **le reste** d'**épinards** au bol de **poivrons**, puis bien mélanger. **Saler et poivrer**. Répartir les **involtins** et la **salade** dans les assiettes.

## Le souper, c'est réglé!