

Linguines au porc et à la courge musquée avec sauce à la crème et sauge frite

Familiale

30 minutes



Lanières de porc



Sauge



Courge musquée,
en cubes



Crème épaisse



Échalote



Linguines



Ail



Moutarde de Dijon



Flocons de piment



Parmesan

BONJOUR CRÈME ÉPAISSE

Crémeuse et veloutée, elle est la compagne idéale des pâtes!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

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

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

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, passoire, papier d'aluminium, grand bol, papier parchemin, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingédients

	2 personnes	4 personnes
Lanières de porc	285 g	570 g
Sauge	7 g	14 g
Courge musquée, en cubes	170 g	340 g
Crème épaisse	237 ml	474 ml
Échalote	50 g	100 g
Linguines	170 g	340 g
Ail	6 g	12 g
Moutarde de Dijon	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Flocons de piment 🌶️	1 c. à thé	1 c. à thé
Parmesan	1/4 tasse	1/2 tasse
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 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). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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 en mentionnant
#LaVieHelloFresh
Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire rôtir la courge

Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les cubes de **courge** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes) et saupoudrer de **1/4 c. à thé de flocons de piment**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) **Saler et poivrer**. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four jusqu'à ce que les cubes de **courge** soient dorés et tendres, de 22 à 24 minutes.



Faire cuire les pâtes

Pendant que le **porc** cuit, casser les **linguines** en deux et les ajouter à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **linguines** soient tendres. Égoutter les **linguines** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



Préparer

Pendant que les cubes de **courge** rôtissent, ajouter dans une grande casserole **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. Entre-temps, émincer la **moitié** de la **sauge**. Détacher le **reste** des **feuilles de sauge** de leurs tiges. Peler, puis émincer l'**échalote**. Peler, puis émincer l'**ail**. Sécher les **lanières de porc** avec un essuie-tout, puis les trancher en morceaux de 5 cm (2 po). **Saler et poivrer**.



Préparer la sauce

Faire chauffer la même grande poêle (celle de l'étape 3) à feu moyen-élevé. Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **échalotes** et l'**ail**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les aliments dégagent leur arôme. Ajouter la **sauge émincée**, la **moutarde de Dijon** et la **crème épaisse**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. **Saler et poivrer**.



Faire frire la sauge et faire cuire le porc

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **feuilles de sauge**. Faire poêler pendant 1 minute, jusqu'à ce que les **feuilles de sauge** soient croustillantes. Transférer dans une assiette recouverte d'essuie-tout. Réserver. Ajouter le **porc** dans la même poêle contenant l'**huile parfumée à la sauge**. Faire cuire en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **porc** soit entièrement cuit, de 3 à 4 minutes. **** Saler et poivrer**. Transférer le **porc cuit** dans un grand bol. Couvrir de papier d'aluminium pour garder au chaud.



Terminer et servir

Ajouter la **sauce crémeuse**, le **porc** et la **moitié** du **parmesan** dans la casserole contenant les **linguines**. Bien mélanger. Répartir les **linguines** dans les assiettes. Déposer les **cubes de courge rôtie** sur le dessus. Parsemer de la **sauge frite** et du **reste** du **parmesan**.

Le repas est prêt!