Linguines toscanes à la saucisse

avec poivron, piment et parmesan

FAMILIALE **30 minutes**

- Saucisse italienne douce, sans boyau
- Ail
- Oignon rouge, haché
- Poivron
- Flocons de piment
- Fromage parmesan
- Thym
- Tomates en dés
- Linguine

BONJOUR SAUCISSE ITALIENNE!

Les herbes et épices dans la saucisse ajoutent une tonne de saveurs à la sauce!

W49R5

Bon départ

Avant de commencer, laver et sécher tous les aliments.

Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4:

- Doux: ⅛ c. à thé
- Moyen: ¼ c. à thé
- Épicé: ½ c. à thé
- Très épicé: 1 c. à thé

Sortez

Tasses à mesurer, cuillères à mesurer, passoire, presse-ail, grande poêle antiadhésive, grande casserole

Ingrédients

	4 pers
Saucisse italienne douce, sans boyau	500 g
Ail	12 g
Oignon rouge, haché	113 g
Poivron	320 g
Flocons de piment	1 c. à thé
Fromage parmesan	½ tasse
Thym	14 g
Tomates en dés	796 ml
Linguine	340 g
Huile*	
Sel et poivre*	

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 71 °C/160 °F; la taille affecte le temps de cuisson.

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.

1. PRÉPARATION

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses** d'**eau** et **2 c. à thé** de **sel**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Entre-temps, évider les **poivrons**, puis les couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Détacher **2 c. à table** de **feuilles de thym**. Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.

2. CUIRE LA SAUCISSE

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table** d'**huile**, puis la **saucisse**. Cuire la **saucisse** en la défaisant en morceaux jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée, de 5 à 6 min.**

3. CUIRE LES LINGUINES

Pendant que la **saucisse** cuit, ajouter les **linguines** à l'**eau bouillante**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 10 à 12 min. Égoutter et remettre dans la même casserole, hors du feu.

4. CUIRE LES LÉGUMES

Lorsque la **saucisse** est cuite, la réserver dans une assiette. Dans la même poêle, ajouter **1 c. à table** d'**huile**, puis les **oignons** et les **poivrons**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'ils ramollissent, de 4 à 5 min. Ajouter l'**ail**, les **feuilles de thym** et **⅛ c. à thé** de **flocons de piment** (**NOTE:** se référer à la section Bon départ pour le niveau d'épice). Cuire en remuant souvent, 1 min.

5. MIJOTER LA SAUCE

Dans la même poêle, ajouter la **saucisse cuite** et les **tomates en dés**. Mijoter en remuant à l'occasion jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 8 à 9 min.

6. FINIR ET SERVIR

Ajouter la **sauce** aux **linguines**. **Saler** et **poivrer** et bien mélanger. Répartir les **linguines à la saucisse** dans les bols et saupoudrer de **parmesan**.

Le souper, c'est réglé!