

Macaroni au chili végété et au fromage avec maïs et poivrons

VÉGÉ

30 minutes



En raison du volume de commandes, il se peut que des ingrédients soient remplacés par des produits équivalents. Suivez la recette comme d'habitude, avec les ingrédients que vous avez reçus.

Merci de votre compréhension.
À vos casseroles!



Rigatonis



Haricots rouges



Oignon jaune



Poivron



Maïs en grains



Assaisonnement mexicain



Tomates en dés



Cheddar, râpé



Farine tout usage



Ciboulette

BONJOUR ASSAISONNEMENT MEXICAIN

Rehaussez votre chili grâce à ces épices à la fois fumées, sucrées et salées; une explosion de saveurs!

D'ABORD

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

Matériel requis

Bol moyen, cuillères à mesurer, passoire, tasses à mesurer, fouet, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Rigatonis	170 g	340 g
Haricots rouges	398 ml	796 ml
Oignon jaune	113 g	113 g
Poivron	160 g	320 g
Maïs en grains	56 g	113 g
Assaisonnement mexicain	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Tomates en dés	398 ml	796 ml
Cheddar, râpé	1 tasse	2 tasses
Farine tout usage	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Ciboulette	7 g	14 g
Lait*	½ tasse	1 tasse
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

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 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 **rigatonis** à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire à découvert de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres. Égoutter et remettre dans la même casserole.



Assembler

Verser la **sauce chili-fromage** sur les **rigatonis** contenus dans la grande casserole. Bien mélanger.



Faire cuire les légumes

Pendant que les **pâtes** cuisent, égoutter et rincer les **haricots**. Réserver dans un bol moyen. Égoutter les **tomates**. Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Peler et couper l'**oignon** en deux, puis couper la **moitié** de l'**oignon** en dés (utiliser l'oignon entier pour 4 personnes). Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) et faire fondre en tournoyant pendant 1 minute. Ajouter les **morceaux d'oignon**, les **haricots** et les **morceaux de poivron**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent. **Saler** et **poivrer**.



Terminer et servir

Hacher finement la **ciboulette**. Répartir le **macaroni au chili et au fromage** entre les bols. Garnir de **ciboulette**.



Préparer la sauce

Réduire à feu moyen. Saupoudrer la **farine** et l'**assaisonnement mexicain** sur les **légumes**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **mélange de farine** enrobe les **légumes**. Ajouter **¾ tasse de lait** en fouettant (doubler la quantité pour 4 personnes). Remuer souvent, pendant 4 à 5 minutes, jusqu'à ce que le mélange épaississe légèrement. Incorporer les **tomates**, le **fromage** et le **maïs**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en décollant les **morceaux brunis** au fond de la poêle, jusqu'à ce que la **sauce** soit épaisse et onctueuse. Retirer du feu. **Saler** et **poivrer**.

Le repas est prêt!