



Tortellinis à la méditerranéenne

avec sauce au pesto et légumes d'été rôtis

VÉGÉ 30 minutes



En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.
Bon appétit!



Tortellinis au fromage



Courgette



Oignon, en tranches



Poivron



Pesto de basilic



Fromage parmesan



Bébés épinards



Épices méditerranéennes

BONJOUR TORTELLINIS!

Des pâtes fraîches garnies d'une délicieuse farce au fromage!

COMMENCER ICI

- Avant de commencer, préchauffer le four à 425 °F.
- Laver et sécher tous les aliments.

À sortir

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, passoire, tasses à mesurer, grande casserole

Ingrédients

	2 pers	4 pers
Tortellinis au fromage	250 g	500 g
Courgette	200 g	400 g
Oignon, en tranches	56 g	113 g
Poivron	160 g	160 g
Pesto de basilic	¼ tasse	½ tasse
Fromage parmesan	¼ tasse	½ tasse
Bébés épinards	56 g	56 g
Épices méditerranéennes	1 c. à table	1 c. à table
Beurre non salé*	1 c. à table	2 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

* Pas inclus dans la boîte

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

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses** d'eau et **2 c. à thé** de sel (mêmes quantités pour 4 pers), puis porter à ébullition. Évider les **poivrons**, puis les couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Couper la **courgette** en demilunes de 1,25 cm (½ po).



4. ASSEMBLAGE

Dans la même casserole à feu moyen, ajouter **1 c. à table** de **beurre** (doubler pour 4 pers) et le **reste** d'**épices méditerranéennes**. Faire fondre le **beurre**, 1 min, puis ajouter les **épinards** et cuire en remuant jusqu'à ce qu'ils tombent, de 1 à 2 min. Retirer la casserole du feu. Ajouter les **tortellinis**, le **pesto**, les **légumes rôtis**, la **moitié** du **parmesan** et l'**eau de cuisson réservée**. Bien mélanger, puis **saler** et **poivrer**.



2. RÔTIR LES LÉGUMES

Sur une plaque à cuisson, arroser les **oignons**, la **courgette** et les **poivrons** de **½ c. à table** d'**huile** (doubler pour 4 pers), puis saupoudrer de **la moitié** des **épices méditerranéennes**. **Saler** et **poivrer**. Rôtir au **centre** du four jusqu'à ce que les **légumes** ramollissent, de 14 à 15 min.



5. FINIR ET SERVIR

Répartir les **tortellinis à la méditerranéenne** dans les bols. Saupoudrer **du reste** de **parmesan**.



3. CUIRE LES TORTELLINIS

Pendant que les **légumes** rôtissent, ajouter les **tortellinis** à l'**eau bouillante**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 2 à 3 min. Réserver **¼ tasse** d'**eau de cuisson** (doubler pour 4 pers), puis égoutter et réserver.

Le souper, c'est réglé!