



Dinde rôtie avec mozzarella et poivrons rouges et spaghetti tomate-courgette

FAMILIALE 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!



Escalopes de dinde



Tomates broyées



Poivrons rouges rôtis



Fromage mozzarella, râpé



Assaisonnement italien



Courgette



Spaghetti

BONJOUR DINDE GRATINÉE!

Ce que nous préférons de cette recette? La couche de fromage fondu sur la dinde juteuse!

COMMENCER ICI

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

Sortir

Papier parchemin, grande poêle antiadhésive, plaque à cuisson, grande casserole, tasses à mesurer, passoire, essuie-tout, cuillères à mesurer

Ingrédients

	4 pers
Escalopes de dinde	680 g
Tomates broyées	370 ml
Poivrons rouges rôtis	170 ml
Fromage mozzarella, râpé	1 tasse
Assaisonnement italien	1 c. à table
Courgette	200 g
Spaghetti	340 g
Beurre non salé*	2 c. à table
Huile*	
Sel et poivre*	

* Pas inclus dans la boîte

** Cuire à une température interne minimale de 74 °C/165 °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.

Nous joindre

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



1. CUIRE LES SPAGHETTIS

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel**, puis couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Ajouter les **spaghettis** à l'**eau bouillante**, puis cuire à découvert en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 10 à 12 min. Égoutter et remettre dans la même casserole.



4. PRÉPARER LA SAUCE

Pendant que la **dinde** rôtit, mettre **½ c. à table d'huile** dans la même poêle, puis ajouter la **courgette**. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce qu'elle soit légèrement croquante, de 2 à 3 min. **Saler et poivrer**. Ajouter **le reste de tomates** et **le reste d'assaisonnement italien**, puis baisser à feu moyen-doux. Cuire en remuant souvent jusqu'à ce que la **sauce** épaississe, de 1 à 2 min.



2. PRÉPARATION

Pendant que l'**eau** bout pour les **spaghettis**, couper la **courgette** en demi-lunes de 1,25 cm (½ po). Égoutter les **poivrons rouges rôtis**. Sécher la **dinde** avec un essuie-tout, puis saupoudrer de **la moitié de l'assaisonnement italien**. **Saler et poivrer**, puis réserver.



5. FINIR LES PÂTES

Lorsque les **pâtes** sont cuites, y ajouter la **sauce tomate** et les **courgettes**. Ajouter **2 c. à table de beurre** et bien mélanger. **Saler et poivrer**.



3. CUIRE LA DINDE

Dans une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé, ajouter **1 c. à table d'huile**, puis la **dinde**. Cuire jusqu'à ce qu'elle soit brun doré, de 1 à 2 min par côté. Transférer la **dinde** sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. Badigeonner le dessus de la **dinde** de **poivrons rouges**, de **¼ tasse de tomates broyées**, puis de **mozzarella**. Cuire au **centre** du four jusqu'à ce que la **dinde** soit entièrement cuite et que le **fromage** soit fondu, de 10 à 12 min.**



6. FINIR ET SERVIR

Répartir les **pâtes tomate-courgette** dans les assiettes. Garnir de **dinde gratinée**.

Le souper, c'est réglé!