

# Champignons portobello en croûte panko et parmesan

avec spaghettis au pesto au basilic

Végé

30 minutes



Champignons portobello



Chapelure panko



Parmesan, râpé grossièrement



Spaghettis



Tomates broyées



Base de sauce tomate



Échalote



Pesto au basilic



Persil



Mayonnaise



Assaisonnement italien



Gousses d'ail



Poivron

BONJOUR PESTO AU BASILIC

Cette sauce sucrée et herbacée rehausse les plats en leur donnant plus de saveur!

## D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

## Matériel requis

Plaque à cuisson, passoire, cuillères à mesurer, assiette creuse, papier parchemin, petit bol, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Champignons portobello	2	4
Chapelure panko	½ tasse	1 tasse
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Spaghettis	170 g	340 g
Tomates broyées	370 ml	796 ml
Base de sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Échalote	50 g	100 g
Pesto au basilic	¼ tasse	½ tasse
Persil	7 g	14 g
Mayonnaise	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Gousses d'ail	2	4
Poivron	160 g	320 g
Huile*		

Sel et poivre\*

\* Essentiels à avoir à la maison

## Allergènes

Hé, cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

*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

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



## Préparer et faire rôtir les champignons portobello

Retirer et jeter les pieds des **champignons portobello**. Disposer les **champignons** sur une plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, côté coupé vers le haut. **Salier**. Faire rôtir les **champignons portobello** au **centre** du four jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 8 à 10 minutes. Entre-temps, ajouter dans une grande casserole **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. En attendant que l'**eau** bouille, peler, puis émincer l'**échalote** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher grossièrement le **persil**. Évider le **poivron**, puis le couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po).



## Faire cuire les spaghettis

Pendant que les **champignons portobello** rôtissent, ajouter les **spaghettis** à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 10 à 12 minutes. Égoutter, puis transférer les **spaghettis** dans la poêle contenant la **sauce**. Bien mélanger.



## Enrober les champignons portobello

Lorsque les **champignons portobello** seront tendres, les retirer du four et laisser tiédir de 1 à 2 minutes. Dans une assiette creuse, mélanger la **chapelure panko**, l'**assaisonnement italien** et la **moitié** du **parmesan**. Sécher les **champignons portobello** avec un essuie-tout. Enrober de **mayonnaise**. Transférer **un champignon portobello** à la fois dans l'assiette creuse, puis presser fermement pour bien recouvrir les deux côtés du **mélange de chapelure**.



## Faire cuire la sauce

Pendant que les **spaghettis** cuisent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les morceaux d'**échalote** et de **poivron** et l'**ail**. Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que le tout ramollisse, de 2 à 3 minutes. Ajouter la **base de sauce tomate**, les **tomates broyées**, le **persil**, la **moitié** du **pesto** et **¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Poursuivre la cuisson en continuant de remuer souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, de 3 à 4 minutes.



## Faire rôtir les champignons portobello en croûte

Transférer les **champignons portobello en croûte** sur la même plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, puis les arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire rôtir au **centre** du four de 8 à 10 minutes, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce qu'ils soient entièrement cuits.



## Terminer et servir

Répartir les **spaghettis** et les **champignons portobello en croûte panko et parmesan** dans les assiettes. Couronner du **reste** du **pesto**. Parsemer du **reste** du **parmesan**.

## Le repas est prêt!