

Pâtes caprese à la mozzarella fraîche avec légumes rôtis à la méditerranéenne

VÉGÉ

30 minutes



Mozzarella fraîche



Rigatonis



Courgette



Oignon rouge, haché



Tomates raisins



Tomates broyées



Pesto au basilic



Parmesan, râpé grossièrement



Glaçage balsamique



Mélange d'épices méditerranéen

BONJOUR CAPRESE

Une salade d'accompagnement italienne toute simple composée de mozzarella fraîche, de tomates et de basilic!

D'ABORD

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, passoire, petit bol, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Mozzarella fraîche	125 g	250 g
Rigatonis	170 g	340 g
Courgette	200 g	400 g
Oignon rouge, haché	56 g	113 g
Tomates raisins	113 g	227 g
Tomates broyées	370 ml	740 ml
Pesto au basilic	¼ tasse	½ tasse
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Mélange d'épices méditerranéen	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.

Il se peut que des ingrédients soient remplacés par des produits équivalents. Suivez la recette avec les ingrédients que vous avez reçus. Merci de votre compréhension.

À vos casseroles!

Nous joindre

Partagez vos photos en mentionnant

#LaVieHelloFresh

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

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca



Préparer

Dans une grande casserole, ajouter **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. Couper la **courgette** en rondelles de 1,25 cm (½ po). Couper la **mozzarella** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Dans un petit bol, mélanger la **mozzarella** et le **pesto**. **Saler et poivrer**.



Préparer la sauce

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **oignons** et le **reste du mélange d'épices méditerranéen**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent. Ajouter les **tomates broyées** et la **moitié du glaçage balsamique**. Faire cuire de 7 à 8 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** réduise légèrement.



Faire cuire les rigatonis

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 qu'ils soient tendres. Réserver **¼ tasse d'eau de cuisson** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis égoutter et remettre dans la même casserole. Réserver.



Terminer les pâtes

Incorporer la **sauce**, l'**eau de cuisson réservée**, les **légumes rôtis** et le **parmesan** à la grande casserole contenant les **rigatonis**. **Saler et poivrer**.



Faire rôtir les légumes

Sur une plaque à cuisson, arroser la **courgette** et les **tomates raisins** de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis saupoudrer de la **moitié du mélange d'épices méditerranéen**. **Saler et poivrer**. Faire rôtir au **centre** du four de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que le tout soit tendre.



Terminer et servir

Répartir les **pâtes** dans les assiettes. Garnir de **mozzarella marinée**. Napper du **reste** du **glaçage balsamique**.

Le repas est prêt!