

# Pâtes crémeuses au pesto et au porc avec épinards et parmesan

Épicée (au goût)

Rapido

25 minutes



Porc haché



Rigatonis



Courgette



Bébés épinards



Oignon, haché



Purée d'ail



Concentré de  
bouillon de poulet



Pesto au basilic



Parmesan, râpé  
grossièrement



Flocons de piment



Mélange pour sauce  
à la crème

BONJOUR RIGATONIS

Les rainures des rigatonis sont parfaites pour retenir la sauce!

# D'abord

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

## Guide pour le niveau d'épice à l'étape 6 :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Épicé : 1 c. à thé

## Matériel requis

Passoire, cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Porc haché	250 g	500 g
Rigatonis	170 g	340 g
Courgette	200 g	400 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Oignon, haché	56 g	113 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Pesto au basilic	½ tasse	1 tasse
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Flocons de piment 🌶️	¼ c. à thé	¼ c. à thé
Mélange pour sauce à la crème	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Lait*	½ tasse	1 tasse
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

\*\* Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

## Allergènes

Hé, les 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 ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

Facebook Instagram Twitter @HelloFreshCA



## Faire cuire les rigatonis

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. Ajouter les **rigatonis**. 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 les **pâtes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



## Faire cuire le porc

Faire chauffer la même poêle à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **porc** et la **purée d'ail**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en défaisant le **porc** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée\*\*. Ajouter les **oignons**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **oignons** ramollissent. Ajouter le **mélange pour sauce à la crème**, puis bien mélanger pendant 1 minute.



## Préparer

Pendant que les **rigatonis** cuisent, hacher grossièrement les **épinards**. Couper la **courgette** en morceaux de 1,25 cm (½ po).



## Préparer la sauce

Ajouter **½ tasse de lait** (doubler la quantité pour 4 personnes) et le **concentré de bouillon** à la poêle contenant le **porc**. Porter à légère ébullition et faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. Ajouter les **courgettes** et les **épinards**. Faire cuire de 1 à 2 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **épinards** tombent. **Saler** et **poivrer**.



## Faire cuire la courgette

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **courgettes**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement croquantes. **Saler** et **poivrer**, puis réserver dans une assiette.



## Terminer et servir

Ajouter la **sauce**, l'**eau de cuisson réservée** et le **pesto** à la casserole contenant les **rigatonis**. Bien mélanger. Répartir les **pâtes crémeuses au pesto et au porc** dans les bols. Saupoudrer de **parmesan** et de **¼ c. à thé de flocons de piment**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.)

## Le repas est prêt!