

Pennes au pesto de tomates séchées et aux épinards

avec mozzarella marinée et ciabatta à l'ail

Végé

Épicée (au goût)

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez ajouter les crevettes,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!

Bonne cuisine!

-  Pennes
-  Crevettes
-  Mozzarella fraîche
-  Pain ciabatta
-  Pesto de tomates séchées au soleil
-  Bébés épinards
-  Échalote
-  Parmesan, râpé grossièrement
-  Assaisonnement italien
-  Base de sauce tomate
-  Flocons de piment
-  Glaçage balsamique
-  Gousses d'ail

BONJOUR MOZZARELLA MARINÉE

Une huile aux herbes maison qui donne à la mozzarella une saveur fraîche!

D'abord

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

Guide pour la quantité d'ail à l'étape 4 (doubler la qté pour 4 pers.) :

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

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, tamis, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

| | 2 personnes | 4 personnes |
|------------------------------------|--------------|--------------|
| Pennes | 170 g | 340 g |
| Crevettes | 285 g | 570 g |
| Mozzarella fraîche | 125 g | 250 g |
| Pain ciabatta | 1 | 2 |
| Pesto de tomates séchées au soleil | ¼ tasse | ½ tasse |
| Bébés épinards | 56 g | 113 g |
| Échalote | 50 g | 100 g |
| Parmesan, râpé grossièrement | ¼ tasse | ½ tasse |
| Assaisonnement italien | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Base de sauce tomate | 2 c. à soupe | 4 c. à soupe |
| Flocons de piment 🌶️ | 1 c. à thé | 2 c. à thé |
| Glaçage balsamique | 1 c. à soupe | 2 c. à soupe |
| Gousses d'ail | 2 | 4 |
| Huile* | | |
| Sel et poivre* | | |

* Essentiels à avoir à la maison

** Cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F). Le temps de cuisson peut varier selon la taille.

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 Pinterest @HelloFreshCA



Préparer

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, peler, puis couper l'**échalote** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Hacher grossièrement les **épinards**.
- Couper la **mozzarella** en morceaux de 1,25 cm (½ po).
- Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.

Si vous avez choisi les **crevettes**, à l'aide d'un tamis, égoutter et rincer les **crevettes**, puis les sécher avec un essuie-tout. **Saler** et **poivrer**.



Mariner la mozzarella et griller la ciabatta

- Dans un bol moyen, ajouter **2 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), le **reste** de l'**assaisonnement italien** et **¼ c. à thé d'ail**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour la qté d'ail.) Ajouter la **mozzarella**. **Saler** et **poivrer**, puis remuer délicatement pour enrober.
- Couper la **ciabatta** en deux. Sur une plaque à cuisson, disposer les **ciabattas**, côté coupé vers le haut, puis les garnir de la **moitié** de la **mozzarella**.
- Griller au **centre** du four de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **fromage** fonde. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Cuire les pennes

- Ajouter les **pennes** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 10 à 12 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **¼ tasse d'eau de cuisson** (doubler la qté pour 4 pers.), puis à l'aide d'un tamis, égoutter les **pennes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.

Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, ajouter les **crevettes** et **½ c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober. Cuire au **centre** du four de 5 à 6 min, jusqu'à ce que les **crevettes** deviennent roses**.



Terminer les pennes

- Dans la casserole contenant les **pennes**, ajouter la **sauce**, l'**eau de cuisson réservée**, le **pesto de tomates séchées** et la **moitié** du **parmesan**.
- **Saler** et **poivrer**, au goût, puis remuer de 1 à 2 min pour enrober.

Avant de remuer, ajouter les **crevettes** et le **liquide de cuisson restant** sur la plaque à la casserole contenant les **pennes**.



Faire la sauce

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers), puis les **échalotes**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **échalotes** ramollissent.
- Ajouter la **base de sauce tomate**, les **épinards**, la **moitié** de l'**ail** et **2 c. à thé d'assaisonnement italien** (doubler la qté pour 4 pers.). Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



Terminer et servir

- Couper les **ciabattas** à l'**ail** en triangles.
- Répartir les **pennes** dans les assiettes. Garnir du **reste** de la **mozzarella**.
- Arroser d'**un filet** de **glaçage balsamique**.
- Parsemer du **reste** du **parmesan** et de **flocons de piment**, si désiré.
- Servir les **ciabattas** à l'**ail** en accompagnement.

Le souper, c'est réglé!