

# Raviolis à la courge musquée dans une crème de noix de coco avec champignons et bébés épinards

Végé

Épicée (au goût)

25 minutes



Raviolis à la courge



Ail



Champignons



Lait de coco



Sauce soja



Bébés épinards



Basilic



Flocons de piment

# D'ABORD

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

## Guide pour le niveau d'épice à l'étape 3 (doubler la quantité pour 4 personnes) :

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

## Matériel requis

Cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Raviolis à la courge	350 g	700 g
Ail	3 g	6 g
Champignons	227 g	454 g
Lait de coco	165 ml	330 ml
Sauce soja	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Bébés épinards	56 g	113 g
Basilic	7 g	14 g
Flocons de piment 🌶️	1 c. à thé	2 c. à thé
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 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.*

## Nous joindre

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



## Faire cuire les raviolis

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel**. (REMARQUE : Utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes.) Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Ajouter les **raviolis** à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire de 3 à 4 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.



## Préparer

Pendant que les **raviolis** cuisent, peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Trancher les **champignons**. Déchirer grossièrement le **basilic**.



## Faire cuire les champignons

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **champignons**. **Saler** et **poivrer**. Faire cuire de 3 à 4 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et tendres. Ajouter l'**ail** et **½ c. à thé de flocons de piment**. (REMARQUE : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Poursuivre la cuisson en remuant pendant 30 secondes, jusqu'à ce que l'**ail** dégage son arôme.



## Faire cuire la sauce

Ajouter le **lait de coco**, la **sauce soja** et l'**eau de cuisson réservée** à la poêle contenant les **champignons**. Faire cuire de 2 à 3 minutes en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** réduise et épaississe légèrement.



## Terminer les pâtes

Ajouter les **épinards** à la poêle, puis remuer jusqu'à ce qu'ils tombent. Ajouter les **raviolis**, puis remuer délicatement de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien chauds et enrobés de **sauce**.



## Terminer et servir

Répartir les **raviolis** dans les assiettes. Parsemer de **basilic** et du **reste** des **flocons de piment**, au goût.

## Le repas est prêt!