

Soupe de porc et de bœuf style mariage à l'italienne avec ciabattas à l'ail et au parmesan

Familiale

Rapido

20 à 30 minutes



Mélange de bœuf et
de porc hachés



Couscous israélien



Pain ciabatta



Mirepoix



Bébés épinards



Gousses d'ail



Parmesan, râpé
grossièrement



Chapelure italienne



Concentré de
bouillon de poulet

BONJOUR COUSCOUS ISRAËLIEN

Il s'agit en fait de pâtes en forme de petits grains ronds!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Sortir du frigo 1 ½ c. à soupe de beurre (doubler la qté pour 4 pers.) et le laisser atteindre une température ambiante.
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, bol moyen, cuillères à mesurer, tamis, casserole moyenne, petit bol, tasses à mesurer, grande casserole

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Mélange de bœuf et de porc hachés	250 g	500 g
Couscous israélien	¾ tasse	1 ½ tasse
Pain ciabatta	1	2
Mirepoix	113 g	227 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Gousses d'ail	2	4
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Chapelure italienne	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Concentré de bouillon de poulet	2	4
Beurre non salé*	1 ½ c. à soupe	3 c. à soupe
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).

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 rejoindre

Appelez-nous | (855) 272-7002
HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Préparer

- Dans une casserole moyenne, ajouter **6 tasses d'eau** et **1 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, peler, puis hacher ou presser l'**ail**.
- Dans un bol moyen, ajouter le **mélange de bœuf et de porc**, la **chapelure**, la **moitié de l'ail**, la **moitié du parmesan** et **¼ c. à thé de sel** (doubler la qté pour 4 pers.). **Poivrer**, puis mélanger.



Terminer la soupe

- Dans la casserole contenant la **viande** et les **légumes**, ajouter **2 ½ tasses d'eau** (4 tasses pour 4 pers.) et les **concentrés de bouillon**. Décoller tous les morceaux brunis au fond de la casserole.
- Porter à ébullition à feu élevé, puis réduire à feu moyen. Laisser mijoter de 5 à 7 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **mirepoix** soit tendre et que la **viande** soit entièrement cuite**.
- Ajouter le **couscous** et les **épinards**. Remuer de 1 à 2 min, jusqu'à ce que les **épinards** tombent. **Saler** et **poivrer**, au goût.



Commencer la soupe

- Chauffer une grande casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la qté pour 4 pers.), puis le **mélange de bœuf et de porc**. Défaire la **viande** en grosses bouchées. (**CONSEIL** : Les morceaux devraient ressembler à de petites boulettes de viande!)
- Ajouter la **mirepoix**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **mirepoix** soit légèrement croquante et que la **viande** commence à dorer. (**REMARQUE** : La viande finira de cuire à l'étape 4.)



Griller les ciabattas

- Entre-temps, mélanger dans un petit bol **1 ½ c. à soupe de beurre ramolli** (doubler la qté pour 4 pers.) et le **reste de l'ail**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.
- Couper les **ciabattas** en deux, puis étendre le **beurre à l'ail** sur les côtés coupés.
- Disposer les **pains** sur une plaque à cuisson. Parsemer du **reste du parmesan**.
- Griller au **centre** du four de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **fromage** commence à dorer. (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Cuire le couscous

- Entre-temps, ajouter le **couscous** à l'**eau bouillante**. Réduire à feu moyen. Cuire à découvert de 6 à 8 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **couscous** soit tendre.
- Égoutter et réserver.



Terminer et servir

- Répartir la **soupe** dans les bols.
- Couper les **ciabattas à l'ail et au parmesan** en tranches de 2,5 cm (1 po). Servir en accompagnement.

Le souper, c'est réglé!