

Spaghettis au bœuf et aux champignons

avec tomates glacées au vinaigre balsamique

30 minutes



Bœuf haché



Spaghettis



Champignons



Petites tomates



Bébés épinards



Tomates broyées



Parmesan, râpé grossièrement



Glaçage balsamique



Assaisonnement italien



Sel d'ail

BONJOUR ASSAISONNEMENT ITALIEN

Notre savoureux mélange d'herbes aromatiques et d'ail!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (température élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, grande casserole, cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, passoire, papier d'aluminium

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Spaghettis	170 g	340 g
Champignons	113 g	227 g
Petites tomates	113 g	227 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Tomates broyées	370 ml	796 ml
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
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

    @HelloFreshCA



1 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. Entre-temps, trancher finement les **champignons**. Hacher grossièrement les **épinards**.



4 Faire la sauce

Pendant que les **spaghettis** cuisent, ajouter les **tomates broyées** et la **moitié** du **glaçage balsamique** dans la poêle contenant le **bœuf** et les **champignons**. Réduire à feu moyen et faire cuire de 6 à 8 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement. Ajouter les **épinards** et remuer de 1 à 2 minutes, jusqu'à ce qu'ils tombent. Retirer la poêle du feu.



2 Faire cuire le bœuf et les champignons

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis le **bœuf**. Défaire le **bœuf** en plus petits morceaux, puis ajouter les **champignons**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **bœuf** perde sa couleur rosée**. Égoutter soigneusement, puis jeter l'excédent de gras. Saupoudrer de l'**assaisonnement italien** et du **sel d'ail**, puis **poivrer**. Faire cuire pendant 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme.



5 Faire griller les tomates

Pendant que la **sauce** cuit, disposer les **tomates** sur une plaque à cuisson tapissée de papier d'aluminium et les arroser de **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober. Faire griller au **centre** du four de 5 à 6 minutes, jusqu'à ce que les **tomates** éclatent. Retirer la plaque du four. Arroser les **tomates** du **reste** du **glaçage balsamique**, puis bien mélanger pour enrober.



3 Faire cuire les spaghettis

Pendant que le **bœuf** et les **champignons** cuisent, casser les **spaghettis** en deux et les ajouter 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 les **spaghettis** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



6 Terminer et servir

Ajouter la **sauce** et l'**eau de cuisson réservée** à la casserole contenant les **spaghettis**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger. Répartir les **spaghettis au bœuf et aux champignons** dans les bols. Garnir des **tomates** et de **tout** le **glaçage balsamique restant** sur la plaque à cuisson. Saupoudrer de **parmesan**.

Le repas est prêt!