

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



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 (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

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

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Spaghettis	170 g	340 g
Champignons	113 g	113 g
Petites tomates	113 g	227 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Tomates broyées	370 ml	796 ml
Parmesan, râpé	¼ tasse	¼ 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

- Ajouter **10 tasses** d'eau et **2 c. à thé** de sel dans une grande casserole (utiliser les mêmes quant. pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, trancher finement les **champignons**.
- Hacher grossièrement les **épinards**.



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 pour 4 pers.), puis le **bœuf**. Défaire le **bœuf** en plus petits morceaux, puis ajouter les **champignons**. Faire cuire de 4 à 5 min ou jusqu'à ce que le **bœuf** perde sa couleur rosée, en remuant à l'occasion**.
- Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.
- Saupoudrer de l'**assaisonnement italien** et du **sel d'ail**, puis **saler** et **poivrer**. Faire cuire pendant 1 min ou jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme, en remuant souvent.



3 Faire cuire les spaghettis

- Entre-temps, casser les **spaghettis** en deux et les ajouter à l'**eau bouillante**. Faire cuire à découvert de 10 à 12 min ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres, en remuant à l'occasion.
- Réserver **¼ tasse** d'**eau de cuisson** (doubler pour 4 pers.), puis égoutter les **spaghettis** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



4 Faire la sauce

- Entre-temps, 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 min ou jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, en remuant à l'occasion.
- Ajouter les **épinards** et remuer de 1 à 2 min ou jusqu'à ce qu'ils tombent.
- Retirer la poêle du feu.



5 Faire griller les tomates

- Entre-temps, disposer les **tomates** sur une plaque à cuisson tapissée de papier d'aluminium et les arroser de **½ c. à soupe** d'**huile** (doubler pour 4 pers.). **Saler** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Faire griller au **centre** du four de 5 à 6 min ou jusqu'à ce que les **tomates** éclatent.
- Retirer la plaque du four. Arroser les **tomates** du **reste** du **glaçage balsamique**, puis remuer pour enrober.



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.
- Parsemer de **parmesan**.

Le souper, c'est réglé!