

Rigatonis dans une sauce tomate à la dinde avec poivrons rôtis et épinards

Rapido

25 minutes



Dinde hachée



Rigatonis



Poivron



Assaisonnement italien



Base pour
sauce tomate



Tomates broyées



Parmesan, râpé
grossièrement



Glaçage balsamique



Bébés épinards



Purée d'ail



Oignon jaune

BONJOUR POIVRONS COLORÉS

Les poivrons colorés sont des poivrons verts qui ont mûri sur la vigne!

D'abord

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

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Dinde hachée	250 g	500 g
Rigatonis	170 g	340 g
Poivron	160 g	320 g
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Base pour sauce tomate	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Tomates broyées	370 ml	740 ml
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Glaçage balsamique	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Bébés épinards	113 g	227 g
Purée d'ail	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Oignon jaune	56 g	113 g
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, 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

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



Faire cuire les pâtes

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. Ajouter les **rigatonis** à l'**eau bouillante**. Faire cuire à découvert de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **rigatonis** soient tendres. Réserver **¼ tasse d'eau de cuisson** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis égoutter et remettre les **rigatonis** dans la même casserole, hors du feu.



Commencer la sauce

Pendant que les **poivrons** rôtissent, faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis la **dinde** et les **oignons**. Faire cuire la **dinde** de 4 à 5 minutes en la défaisant en morceaux, jusqu'à ce qu'elle perde sa couleur rosée**. **Saler et poivrer**.



Préparer

En attendant que l'**eau** vienne à ébullition, éviter le **poivron**, puis le couper en morceaux de 1,25 cm (½ po). Peler, puis couper la **moitié** de l'**oignon** en morceaux de 1,25 cm (½ po) (utiliser l'oignon entier pour 4 personnes). Hacher grossièrement les **épinards**.



Terminer la sauce

Réduire à feu moyen. Ajouter la **purée d'ail**, la **base pour sauce tomate** et le **reste** de l'**assaisonnement italien** à la poêle contenant la **dinde**. Faire cuire 1 minute, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme. Ajouter les **tomates broyées**. Laisser mijoter de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que la **sauce** épaisse légèrement.



Faire rôtir les poivrons

Pendant que les **rigatonis** cuisent, disposer les **poivrons** sur une plaque à cuisson. Saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement italien** et arroser de **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes). **Saler et poivrer**, puis remuer pour bien enrober. Faire rôtir au **centre** du four de 14 à 15 minutes, en remuant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **poivrons** soient tendres.



Terminer et servir

Ajouter la **sauce**, les **poivrons**, les **épinards**, la **moitié** du **parmesan** et l'**eau de cuisson réservée** à la casserole contenant les **rigatonis**. Remuer pendant 1 minute, jusqu'à ce que les **épinards** tombent. Ajouter le **glaçage balsamique**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger. Répartir les **rigatonis** dans les bols. Garnir du **reste** du **parmesan**.

Le repas est prêt!