

# Tortellinis au fromage et sauce crémeuse aux champignons

avec épinards et noix de pin

Végé

Épicée (au goût)

Rapido

25 minutes



Tortellinis au fromage



Parmesan, râpé grossièrement



Ciboulette



Noix de pin



Bébés épinards



Champignons



Poudre d'ail



Flocons de piment



Citron



Concentré de bouillon de légumes



Fromage à la crème



Mélange d'épices pour sauce crémeuse

BONJOUR TORTELLINIS

Des pâtes annulaires farcies de garniture au fromage!

# D'abord

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

## Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 :

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

## Matériel requis

Passoire, cuillères à mesurer, zesteur, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

## Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Tortellinis au fromage	350 g	700 g
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Ciboulette	7 g	7 g
Noix de pin	28 g	56 g
Bébés épinards	56 g	113 g
Champignons	113 g	227 g
Poudre d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Flocons de piment 🌶️	¼ c. à thé	¼ c. à thé
Citron	½	1
Concentré de bouillon de légumes	1	2
Fromage à la crème	43 g	86 g
Mélange d'épices pour sauce crémeuse	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Sel et poivre*		

\* Essentiels à avoir à la maison

## 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

Facebook Instagram Twitter Pinterest @HelloFreshCA



## Commencer les tortellinis

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter les **tortellinis** à l'**eau bouillante**. Cuire de 2 à 3 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **1 tasse d'eau de cuisson** (doubler la qté pour 4 pers.), puis égoutter les **tortellinis**.



## Cuire les champignons

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen-élevé.
- Ajouter **2 c. à soupe de beurre** (doubler la qté pour 4 pers.), puis tourner la poêle jusqu'à ce qu'il fonde.
- Ajouter les **champignons**. Cuire de 4 à 5 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent.
- **Salier et poivrer**.
- Saupoudrer du **mélange d'épices pour sauce crémeuse**, de la **poudre d'ail** et de **¼ c. à thé de flocons de piment**. (**REMARQUE** : Consulter le guide pour le niveau d'épice.) Poursuivre la cuisson pendant 30 s, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **champignons** soient enrobés.



## Griller les noix de pin

- Entre-temps, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter les **noix de pin** à la poêle sèche. Griller de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **noix de pin** soient dorées. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer dans une assiette.



## Terminer les tortellinis

- Dans la poêle contenant les **champignons**, ajouter **¾ tasse d'eau de cuisson réservée** (doubler la qté pour 4 pers.), le **concentré de bouillon** et le **fromage à la crème**. (**CONSEIL** : Pour une sauce plus liquide, ajouter toute l'eau de cuisson réservée.) Cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** soit homogène et arrive à légère ébullition.
- Ajouter les **tortellinis** et la **moitié du parmesan**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant délicatement, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Ajouter les **épinards**. Continuer à cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'ils tombent légèrement.
- Retirer la poêle du feu.
- Ajouter le **zeste de citron**. **Poivrer**, au goût, puis bien mélanger.



## Préparer

- Entre-temps, trancher finement les **champignons**.
- Zester, puis couper la **moitié du citron** en quartiers (le citron entier pour 4 pers.).
- Émincer la **ciboulette**.



## Terminer et servir

- Répartir les **tortellinis** dans les bols.
- Parsemer de **noix de pin**, de **ciboulette** et du **reste du parmesan**.
- Arroser du jus d'un **quartier de citron**, si désiré.

## Le souper, c'est réglé!