

Fusillis au bœuf et aux champignons

avec épinards et sauce crémeuse

Rapido

25 minutes



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.



Bœuf haché



Fusillis



Assaisonnement italien



Crème



Parmesan, râpé grossièrement



Tomate Roma



Concentré de bouillon de bœuf



Gousses d'ail



Bébés épinards



Champignons

BONJOUR ASSAISONNEMENT ITALIEN

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

D'abord

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

Unités de mesure à chaque étape	1 c. à soupe (2 c. à soupe)	d'huile
	2 personnes	4 personnes
		Ingrédient

Matériel requis

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

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Fusillis	170 g	340 g
Assaisonnement italien	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Crème	56 ml	113 ml
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Tomate Roma	95 g	190 g
Concentré de bouillon de bœuf	1	2
Gousses d'ail	2	4
Bébés épinards	56 g	113 g
Champignons	113 g	227 g
Beurre non salé*	2 c. à soupe	4 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 soya, des sulfites, des noix et du blé.



Ce repas ne vous convient pas? Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.

Nous rejoindre

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

@HelloFreshCA

1



Préparer

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** (les mêmes qts pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Trancher finement les **champignons**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.

4



Cuire le bœuf

- Chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis le **bœuf**, l'**ail** et l'**assaisonnement italien**. Cuire de 4 à 5 min, en défaisant le **bœuf** en morceaux, jusqu'à ce qu'il perde sa couleur rosée**.
- **Saler et poivrer**.
- Retirer la poêle du feu. Égoutter l'excédent de gras avec précaution et le jeter.

2



Cuire les champignons

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen.
- Ajouter **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**, puis les **champignons**. Cuire de 5 à 6 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils ramollissent et soient légèrement dorés.
- **Saler et poivrer**, au goût.
- Réserver les **champignons** dans une assiette.

5



Préparer la sauce crémeuse et assembler les fusillis

- Dans la poêle contenant le **bœuf**, ajouter la **crème**, le **concentré de bouillon**, les **champignons** et les **tomates**.
- Chauffer à feu moyen-doux. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.
- Lorsque les **fusillis** seront cuits, réserver **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau de cuisson**, puis égoutter et remettre les **pâtes** dans la même casserole, hors du feu.
- Ajouter **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) de **beurre**, l'**eau de cuisson réservée** et les **épinards**. Remuer pendant 1 min, jusqu'à ce que le **beurre** fonde et que les **épinards** tombent.
- **Saler et poivrer**, au goût.

3



Cuire les fusillis

- Entre-temps, ajouter les **fusillis** à l'**eau bouillante**.
- Cuire à découvert de 9 à 11 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient tendres.

6



Terminer et servir

- Répartir les **fusillis** dans les bols. Garnir du **mélange de sauce crémeuse au bœuf**.
- Parsemer de **parmesan**.

Le souper, c'est réglé!