

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 à l'ail et aux oignons



Parmesan, râpé



Glaçage balsamique



Bébés épinards



Purée d'ail



Oignon jaune

BONJOUR POIVRONS

Les poivrons rouges, jaunes et oranges 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, passoire, 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 à l'ail et aux oignons	370 ml	740 ml
Parmesan, râpé	¼ tasse	½ tasse
Glaçage balsamique	1 c. à soupe	2 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, 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



Cuire les rigatonis

- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses** d'eau et **2 c. à thé** de sel (utiliser les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter les **rigatonis** à l'eau bouillante. Cuire à découvert de 10 à 12 min ou jusqu'à ce que les **rigatonis** soient tendres, en remuant à l'occasion.
- Réserver **¼ tasse** d'eau de cuisson (doubler pour 4 pers.), puis égoutter et remettre les **rigatonis** dans la même casserole, hors du feu.



Commencer la sauce

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



Préparer

- En attendant que l'eau vienne à ébullition, évader 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) (l'oignon entier pour 4 pers.).
- Hacher grossièrement les **épinards**.



Terminer la sauce

- Réduire à feu moyen, puis ajouter la **purée d'ail**, la **base pour sauce tomate** et le **reste** de l'**assaisonnement italien** à la poêle contenant la **dinde**. Cuire pendant 1 min ou jusqu'à ce que les **aliments** dégagent leur arôme, en remuant souvent.
- Ajouter les **tomates broyées**. Laisser mijoter de 4 à 5 min ou jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, en remuant à l'occasion.



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 qté pour 4 pers.). **Saler et poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 14 à 15 min, ou jusqu'à ce que les **poivrons** soient tendres, en remuant à mi-cuisson.



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 min ou jusqu'à ce que les **épinards** tombent.
- Ajouter **1 c. à soupe** de **glaçage balsamique** (doubler pour 4 pers.). **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.
- Répartir les **rigatonis** dans les bols.
- Garnir du **reste** du **parmesan**.

Le souper, c'est réglé!