



Pâtes à la mexicaine express

à la viande hachée, au cheddar et à la crème aigre

RAPIDO 20 min. • À consommer dans les 5 jours

RAPIDO



Épices mexicaines



Viande hachée de bœuf et porc



Oignon



Gousse d'ail



Poivron vert



Penne



Cubes de tomates



Cheddar râpé



Crème aigre

Ingrédients de base

Huile d'olive, poivre et sel

Bien commencer

N'oubliez pas de bien laver et essuyer les légumes et fruits frais avant de commencer à cuisiner.

Ustensiles

Casserole avec couvercle, sauteuse avec couvercle

1 à 6 Personnes ingrédients

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Épices mexicaines (cc)	1	2	3	4	5	6
Viande hachée de bœuf et porc* (g)	100	200	300	400	500	600
Oignon (pc)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Poivron vert* (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Penne (g)	90	180	270	360	450	540
Cubes de tomates (paquet)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Cheddar râpé* (g 7)	50	100	150	200	250	300
Crème aigre* (g 7)	25	50	75	100	125	150
À ajouter vous-même						
Huile d'olive (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Poivre et sel	À votre goût					

* Conserver au réfrigérateur

Valeurs nutritionnelles

	Par portion	Pour 100 g
Énergie (kJ/kcal)	3872 /926	820 /196
Lipides total (g)	46	10
Dont saturés (g)	20,5	4,4
Glucides (g)	74	16
Dont sucres (g)	10,8	2,3
Fibres (g)	7	1
Protéines (g)	50	11
Sel (g)	1,7	0,4

Allergènes

7) Lait/Lactose

Contact

Votre avis nous intéresse ! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.



1. Cuire le hachis

- Pour les **penne**, portez une grande quantité d'eau et une bonne pincée de sel à ébullition dans la casserole.
- Faites chauffer ½ cs d'huile d'olive par personne dans la sauteuse, puis faites cuire la **viande hachée** et les **épices mexicaines** 4 à 5 minutes à feu moyen-vif.
- Réservez la **viande** séparément en laissant suffisamment de graisse de cuisson dans la poêle.
- Émincez l'**oignon** pendant que le **hachis** cuit. Émincez ou écrasez l'**ail**. Taillez le **poivron** en morceaux.



3. Mélanger

- Ajoutez les **penne**, la **viande** et la moitié du **cheddar** à la sauteuse.
- Mélangez bien le tout, puis salez et poivrez.
- Réchauffez 2 à 3 minutes de plus.



2. Cuire les légumes

- Faites cuire les **penne** 10 à 12 minutes à couvert. Égouttez-les et réservez-les sans couvercle.
- Faites à nouveau chauffer la sauteuse à feu moyen-vif et faites revenir l'**ail** et l'**oignon** 1 à 2 minutes.
- Ajoutez le **poivron** et les **tomates** pelées, puis faites cuire le tout 6 à 8 minutes à couvert.



4. Servir

- Servez les **pâtes** et disposez une cuillerée de **crème aigre** par-dessus.
- Garnissez avec le reste du **cheddar**.

Bon appétit !