

Moisson Santé® Sauce pour Pâtes Poêlée de rotini à saveur de hamburger au fromage relevé

Temps de préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Portions : 4 à 6



Sortez la moutarde, mais oubliez le pain! Cette poêlée sera le nouvel incontournable de votre famille lorsqu'elle aura le goût de savourer un hamburger au fromage pour souper.

Ingrédients

1 pot (570 ml)	de sauce pour pâtes Moisson Santé, Arrabbiata
1 emb. (375 g)	de rotini CATELLI SMART®
1 lb (500 g)	de bœuf haché maigre
1 tasse (250 ml)	d'oignons doux en dés
1/4 tasse (60 ml)	de moutarde jaune
1 c. à soupe (15 ml)	de chaque : ketchup et sauce Worcestershire
2 tasses (500 ml)	de fromage cheddar râpé
	Des tomates en dés, des oignons doux et des cornichons à l'aneth (facultatif)

Préparation

1. Faire cuire les rotini selon les instructions sur l'emballage; bien égoutter.
2. Entre-temps, faire revenir le bœuf et les oignons à feu moyen-vif dans une grande poêle profonde. Incorporer la sauce pour pâtes, la moutarde, le ketchup et la sauce Worcestershire. Laisser cuire pendant 5 minutes.
3. Ajouter les rotini et le fromage cheddar pour le réchauffer et le faire fondre. Garnir de tomates, d'oignons et de cornichons avant de servir.

Astuces :

- Offrez-vous un petit plaisir gourmand en ajoutant plus de fromage cheddar et du bacon cuit émietté avec les tomates, les oignons et les cornichons.

Valeur nutritive par portion (1/6 de la recette ou 1 1/2 tasse/375 ml) :

615 calories, 26 g de gras, 12 g de gras saturés, 790 mg de sodium, 61 g de glucides, 8 g de fibres, 11 g de sucres, 35 g de protéines.

Excellente source de folate, de thiamine, de calcium, de fer et de zinc. Bonne source de vitamine A et de riboflavine.



[< Précédent](#)

[Imprimer cette recette](#)
