



Linguine aux chipolatas

Servies avec une sauce tomate à la harissa et garnies de basilic frais



Poivron
jaune ✨



Gousse d'ail



Oignon rouge



Tomate prune ✨



Parmigiano
reggiano ✨



Basilic frais ✨



Chipolata de
bœuf ✨



Linguine



Passata de
tomates



Harissa ✨



Origan séché

 Total : 35-40 min.

 Défi culinaire

 À consommer dans
les 3 jours

La sauce à base de tomates prunes est assaisonnée à la harissa. Ce condiment du Moyen-Orient est composé, entre autres, de piment rouge séché, d'ail et de cumin. Et pour un peu de douceur, jetez un œil sur le conseil au dos.

EN SAVOIR PLUS SUR
LA HARISSA
SUR NOTRE BLOG

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Poêle avec couvercle, râpe, poêle et casserole avec couvercle.

Recette de **linguine aux chipolatas** : c'est parti !



1 DÉCOUPER LES LÉGUMES

Coupez le **poivron jaune** en lamelles. Émincez ou écrasez l'**ail** et émincez l'**oignon rouge**. Coupez la **tomate prune** en petits morceaux. Râpez le **parmigiano**. Ciselez les **feuilles de basilic** en fines lanières.



2 CUIRE LES SAUCISSES

Faites chauffer la moitié de l'huile d'olive dans la poêle avec couvercle et faites-y dorer les **chipolatas** de chaque côté 4 à 6 minutes à feu moyen-vif. Réservez-les hors de la poêle. Pendant ce temps, faites chauffer le reste d'huile d'olive dans l'autre poêle et faites-y cuire le **poivron jaune** 7 à 9 minutes à feu moyen-vif ★. Salez et poivrez.



3 CUIRE LES PÂTES

Pendant ce temps, portez à ébullition une grande quantité d'eau dans la casserole. Faites cuire les **linguine** 11 à 13 minutes à couvert. Ensuite, égouttez-les et réservez-les sans couvercle.



4 PRÉPARER LA SAUCE

Pendant ce temps, ajoutez l'**oignon rouge** et l'**ail** à la poêle contenant la graisse de cuisson des **chipolatas** et faites-le revenir 2 minutes. Baissez le feu, ajoutez la **passata de tomates**, les dés de **tomate prune**, la **harissa** (attention : ça pique !), l'**origan**, le vinaigre de vin rouge et le sucre, puis laissez mijoter 10 minutes à couvert. Salez et poivrez.



5 MÉLANGER LES PÂTES

Pendant ce temps, coupez les **chipolatas** en morceaux de 1 cm et ajoutez-les à la sauce avec les **pâtes** et la moitié du **poivron jaune**. Remuez bien. Salez et poivrez et ajoutez de l'huile d'olive vierge extra si vous le souhaitez.



6 SERVIR

Servez les **pâtes** en les garnissant de **basilic**, du reste de **poivron** et de **parmigiano râpé**.

★ **CONSEIL** : Vous pouvez également rôtir le poivron. Préchauffez le four à 220 degrés et disposez-le sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Enfournez 25 à 35 minutes. Retournez à mi-cuisson. Sortez ensuite le poivron du four, disposez-le dans un bol et recouvrez de film alimentaire. Laissez refroidir un peu et retirez délicatement la peau. Attention : le poivron peut libérer de la vapeur chaude !

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Poivron jaune (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Gousse d'ail (pc)	1	2	3	4	5	6
Oignon rouge (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Tomate prune (pc) *	1½	3	4½	6	7½	9
Parmigiano reggiano bloc (g) 7) *	15	25	35	50	60	75
Basilic frais (g) 23) *	2½	5	7½	10	12½	15
Chipolata de bœuf (55 g) *	2	4	6	8	10	12
Linguine (g) 1) 17) 20)	90	180	270	360	450	540
Passata de tomates (g)	100	200	300	400	500	600
Harissa (cc) *	½	1	1½	2	2½	3
Origan séché (cc)	½	1	1½	2	2½	3
À ajouter vous-même						
Huile d'olive (cs)	1	1½	2	2½	3	3½
Vinaigre de vin rouge (cc)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Sucre (cc)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Huile d'olive vierge extra	Selon le goût					
Poivre et sel	Selon le goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3548 / 848	580 / 139
Lipides total (g)	32	5
Dont saturés (g)	11,6	1,9
Glucides (g)	85	14
Dont sucres (g)	18,9	3,1
Fibres (g)	9	2
Protéines (g)	48	8
Sel (g)	1,5	0,3

ALLERGÈNES

1) Gluten 7) Lait/lactose

Peut contenir des traces de : 17) Œuf 20) Soja 23) Céleri

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !

#HelloFresh

Envoyez-nous un message sur les réseaux sociaux ou sur WhatsApp au +32 460 20 11 08 (BE), +33 644 63 14 50 (FR) ou bien + 352 691 790 045 (LU).