Elvea, L'Italie chez vous

One Pot Plat au four aux légumes et hachis

Ingrédients pour 4 Personnes

600 g de	hachis de veau sans gluten
1 bouteille	ELVEA Polpa di pomodoro
2 cuillères à soupe de	origan séché
1	oignon haché
3	carottes en cubes
1	courgette coupée en dés
2 poignée de	d'épinards frais
1	chou-fleur
1 pincée de	noix de muscade
4 cuillères à soupe de	huile d'olive
1 pincée de	sel
	poivre noir

Préparation

1. Faites cuire le chou-fleur à l'eau ou à la vapeur. Assaisonnez de poivre, de sel, de noix de muscade et de 2 cs d'huile d'olive. Mixez à l'aide d'un mixeur plongeant jusqu'à obtenir un purée onctueuse.
2. Faites chauffer 2 cs d'huile d'olive dans une poêle à fond épais résistante au four et faites-y revenir l'oignon pendant 2 minutes. Ajoutez les carottes et la courgette et poursuivez la cuisson pendant 5 minutes. Ajoutez ensuite le hachis et continuez la cuisson en le détachant régulièrement. Lorsque le hachis est cuit, ajoutez la Polpa Elvea et l'origan.
3. Laissez mijoter pendant 10 minutes. Assaisonnez de poivre et de sel.
4. Ajoutez la purée de chou-fleur à la cuillère en dernier lieu.
5. Conservez au réfrigérateur et sortez le plat 10 minutes avant de le mettre au four.
6. Préchauffez le four à 180°C.
7. Faites cuire le plat pendant 20 minutes au four à 180°C.
8. Servez accompagné d'une bonne salade.
9. Bon appétit !

Info recette: Must Be Yummie