



5 15

Casserole de boeuf haché et pommes de terre

PRÉSENTÉ PAR :

PORTIONS
de 4 à 6TEMPS DE PRÉPARATION
15 minutesTEMPS DE CUISSON
21 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 484; protéines 28 g; matières grasses 29 g; glucides 25 g; fibres 3 g; fer 3 mg; calcium 204 mg; sodium 684 mg

Ce «touski» gratiné à base de boeuf haché, de pommes de terre, de petits pois et de sauce Alfredo vous sauvera la mise lors des soupers pressés!

Ingrédients



1 paquet de 500 g de
pommes de terre
parisiennes



600 g (environ 1 1/3 lb)
de boeuf haché mi-
maigre



1 contenant de 410 ml de
sauce Alfredo et ail rôti



250 ml (1 tasse) de petits
pois d'aucy, égouttés



375 ml (1 1/2 tasse) de
mozzarella râpée

[Selectionner tous les ingrédients](#)

Prévoir aussi:

- 1 oignon haché

Préparation

- 1 Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
- 2 Dans une poêle, chauffer un peu d'huile d'oliv

bois, jusqu'à ce que la viande ait perdu sa teinte rosée.

- 4 Ajouter la sauce et remuer. Porter à ébullition, puis laisser mijoter de 2 à 3 minutes.
- 5 Ajouter les petits pois et remettre les pommes de terre. Saler, poivrer et remuer.
- 6 Répartir la préparation dans quatre à six cassolettes. Garnir de fromage. Cuire au four de 8 à 10 minutes.
- 7 Régler le four à la position «gril» (*broil*) et faire gratiner de 2 à 3 minutes.