



5 15

Manicottis au boeuf et au brie

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

15 minutes

TEMPS DE CUISSON

35 minutes

Information nutritionnelle

Par portion: calories 622; protéines 47 g; matières grasses 32 g; glucides 37 g; fibres 4 g; fer 5 mg; calcium 403 mg; sodium 464 mg

Pâtes, bœuf et brie: un trio gagnant!

Ingrédients



Manicottis 8



Boeuf haché
450 g (1 lb),
extra-maigre



Sauce
tomate et
basilic 625
ml (2 1/2
tasses)



Brie 125 ml
(1/2 tasse),
coupé en
cubes



Mozzarella
500 ml (2
tasses),
râpée

Facultatif:

- 60 ml (1/4 de tasse), émincé de basilic frais

Préparation

- 1 Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
- 2 Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire les pâtes *al dente*. Égoutter.
- 3 Pendant ce temps, chauffer un peu d'huile d'olive à feu moyen dans une grande poêle. Cuire le boeuf haché de 4 à 5 minutes, jusqu'à ce qu'il ait perdu sa teinte rosée.
- 4 Dans un bol, mélanger le boeuf haché avec 250 ml (1 tasse) de sauce tomate et basilic ainsi que les cubes de brie. Farcir les manicottis avec la préparation au boeuf.
- 5 Dans un plat peu profond allant au four, verser 80 ml (1/3 de tasse) de sauce tomate et basilic. Déposer les manicottis, napper avec le reste de la sauce, puis garnir de mozzarella.
- 6 Couvrir d'une feuille de papier d'aluminium et cuire au four de 30 à 35 minutes.

- 7** Retirer le papier d'aluminium et faire gratiner de 2 à 3 minutes à la position «gril» (broil).
- 8** Si désiré, parsemer de basilic au moment de servir.