



BOEUF ET COQUILLES CRÉMEUSES

Ingrédients :

- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 petit oignon jaune, haché
- 1 livre de boeuf haché maigre
- 1 cuillère à thé de sel marin
- 1/2 c. à thé de poivre noir moulu
- 1 cuillère à soupe d'assaisonnement italien
- 1 cuillère à thé de poudre d'ail
- 1 boîte de 1 livre (454g) de pâtes à coquille moyenne
- 1 pot de sauce marinara de 24 onces
- 3 tasses d'eau
- 1 1/2 tasse de crème épaisse

1 tasse de parmesan râpé

Temps de préparation des pâtes : 5 minutes

Temps de cuisson : 35 minutes

Temps total : 40 minutes

Tournez le bouton de l'Instant Pot à SAUTÉ et attendez que l'affichage passe en mode HOT (CHAUD).

Ajouter l'huile d'olive et les oignons et cuire jusqu'à ce qu'ils soient légèrement tendres.

Ajouter le boeuf haché, casser avec une spatule et cuire jusqu'à ce qu'il ne soit plus rose, en remuant fréquemment pour s'assurer qu'il ne colle pas au pot.

Assaisonner avec le sel de mer, le poivre, l'assaisonnement italien et la poudre d'ail, et appuyer sur CANCEL.

Ajouter les coquilles sur le boeuf haché, puis la sauce marinara et l'eau. Ne pas remuer, mais presser légèrement avec une cuillère pour s'assurer que les pâtes sont complètement recouvertes de sauce et d'eau.

Placez le couvercle sur l'Instant Pot, fermez et assurez-vous que la valve est en position SEAL.

Appuyez sur la touche MANUAL/PRESSURE COOK pendant 4 minutes, (ou la moitié du temps de cuisson sur la boîte de pâtes).

Lorsque la cuisson sous pression est terminée, faites un dégagement rapide, puis enlevez le couvercle et appuyez sur CANCEL pour éteindre l'appareil.

Incorporer la crème épaisse et le parmesan et servir.

Notez : ajouter une autre 1/2 à 1 tasse d'eau pour une sauce plus claire.

Traduit et photo de : <https://www.meatloafandmelodrama.com/instant-pot-creamy-shells-beef/>