

Bœuf Stroganoff en un plat

TEMPS DE PRÉP

10 MIN

TEMPS TOTAL

40 MIN

PORTION

4



[Imprimer](#)



[Sauver](#)

Ingrédients

Métrique Impérial

- 1 c. à s. d' huile de canola
- 1 1/8 lb bœuf haché extra maigre
- 2 tasses divers, tranchés (de Paris, creminis, shiitakes, etc.) champignons
- 1 gros oignon, tranché mince
- 1 branche de céleri, tranchée mince
- 2 tasses Bouillon de boeuf Prêt à utiliser 30 % moins de sodium, de CAMPBELL'S®
- 1 1/2 tasses fusillis ou de nouilles aux œufs moyennes, non cuits
- 1 boîte soupe condensée Crème de creminis et de shiitakes de CAMPBELL'S®
- 1 tasse eau
- 1/2 tasse pois surgelés
- 1/2 tasse crème sure
- 1 c. à s. sauce Worcestershire
- 1/4 c. à t. poivre noir, frais moulu
- Ciboulette fraîche, hachée

✉ Envoyer les ingrédients par courriel + Valeur Nutritionnelle

Préparation

1. Dans une grande poêle antiadhésive, chauffer l'huile à feu moyen-vif; cuire le bœuf, en remuant souvent, de 6 à 8 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit bien bruni. Ajouter les champignons, l'oignon et le céleri; cuire de 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que les légumes aient commencé à ramollir.
 2. Incorporer le bouillon, les nouilles, la soupe et l'eau. Porter à ébullition. Réduire le feu et mijoter, en remuant souvent, de 15 à 18 minutes ou jusqu'à ce que les pâtes soient cuites. Si la sauce réduit trop vite, ajouter $\frac{1}{4}$ tasse (60 mL) d'eau au besoin en attendant que les pâtes soient tendres. Ajouter les pois; cuire de 2 à 3 minutes pour bien réchauffer.
 3. Incorporer la crème sure, la sauce Worcestershire et le poivre. Garnir de ciboulette fraîche avant de servir, si desire.
-

Conseils et Recettes

Remplacez la crème sure par du yogourt grec nature pour réduire la teneur en calories et ajouter un peu de protéines au plat.

Avez-vous cuisiner cette recette?

Laissez un commentaire si-dessous.

