

Pâtes Tacos à l'Instant Pot

TEMPS DE PRÉPARATION 5 minutes

TEMPS DE CUISSON 5 minutes

TEMPS TOTAL 10 minutes

Ce plat de pâtes tacos à 6 ingrédients est non seulement facile à préparer, mais toute la famille adore ce plat. Cuite à la perfection en seulement 10 minutes, cette recette de Instant Pot sera sûrement sur la rotation de planification de repas de votre famille!

Portions : 6

CALORIES : 418 kcal

INGRÉDIENTS

1 lb de boeuf haché

6 c. à thé d' assaisonnement pour tacos à faible teneur en sodium (Assaisonnement Southwest Sunset Gourmet)

1 tasse de sauce tomate

2 tasses Bouillon de bœuf

227g (8 oz) pâtes Coquilles grosseur moyennes

1,5 - 2 tasses de fromage Monterey Jack ou autres au choix

une pincée de sel et poivre

INSTRUCTIONS

Saupoudrer une pincée de sel et de poivre sur la viande. Réglez le pot instantané à sauter. Après la cuisson, vaporisez de l'huile d'olive et ajoutez la viande assaisonnée.

À l'aide d'une cuillère en bois, brisez la viande quand elle brunit. Une fois que toute la viande est dorée, ajouter l'assaisonnement pour tacos, la sauce tomate et le bouillon de bœuf. Remuer.

Enfin, ajoutez les coquilles de pâtes. Le liquide devrait juste couvrir les pâtes. Ajouter juste un peu plus de bouillon, si nécessaire.

Couvrir le pot avec le couvercle et le verrouiller. Appuyez sur le bouton manuel et réglez-le pendant 5 minutes. Assurez-vous que le levier est réglé pour sceller. Une fois la cuisson terminée, utilisez le dégagement rapide.

Une fois le dégagement rapide terminé, retirez délicatement le couvercle. Brasser le mélange de pâtes. Couvrir de fromage et remettre le couvercle sur le pot sans le bloquer. Cette chaleur résiduelle fera fondre le fromage.

Servir immédiatement. Garnir avec vos garnitures à Tacos préférées telles que l'oignon coupé en dés, la coriandre ou l'avocat coupé en dés