



Pâtes à la viande simples et économiques

[30 MIN. ET MOINS](#) - [PÂTES](#) - [RECETTES](#) - [REPAS](#) - [THÉMATIQUES](#) - [VIANDES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION :

10 MIN

TEMPS DE CUISSON :

20 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 1 filet d'huile végétale
- 1 gros oignon jaune, haché
- 2 gousses d'ail, hachées
- 1 poivron rouge, jaune ou vert, coupé en petits dés
- 1 livre (450 grammes) de boeuf haché
- 200 grammes de fusili ou macaroni
- 1 1/2 tasse de sauce tomate du commerce ou maison
- 1 tasse de bouillon de boeuf
- 1 c. thé d'origan séché
- 1/2 c. thé de poudre de chili
- 1/2 c. thé de poudre d'oignon
- 2 grosses poignées d'épinards frais
- Sel et poivre au goût

Optionnel : parmesan râpé

Préparation

1. Faire chauffer l'huile dans un poêlon profond.
2. Ajouter les oignons et faire revenir à feu moyen vif pendant 2-3 minutes.
3. Ajouter les poivrons et faire revenir 2 minutes.
4. Ajouter l'ail et faire revenir 1 minute.

5. Ajouter le boeuf et faire cuire pendant 5-7 minutes ou jusqu'à ce que le boeuf soit bien cuit.
6. Ajouter la sauce tomate, le bouillon, les épices et les pâtes.
7. Bien brasser et faire cuire à couvert pendant 12 à 15 minutes en brassant de temps à autre .
8. Lorsque les pâtes seront cuites*, ajouter les épinards et cuire 2 minutes pour faire tomber les épinards.
9. Saler et poivrer au goût.

*Ajouter un peu de bouillon au besoin.