







Sauce à spaghetti à la mijoteuse

INGRÉDIENTS

- 1 boîte de 796 ml (28 oz) de tomates en dés
- 1 boîte de 796 ml (28 oz) de tomates broyées
- 1 boîte de 369 ml (13 oz) de pâte de tomates
- 30 ml (2 c. à soupe) d'ail haché en pot 
- 1 pot de 110 g d'épices pour sauce à spaghetti 
- 1 sac de 750 g de légumes surgelés pour sauce à spaghetti 
- 1 kg (2,2 lb) de bœuf haché extra-maigre 

MÉTHODE


1. Verser les tomates en dés, les tomates broyées et la pâte de tomates dans le récipient de la mijoteuse. Ajouter l'ail, les épices et les légumes. Mélanger. Ajouter le bœuf haché et mélanger de nouveau pour l'émietter légèrement.
2. Couvrir et cuire à température élevée pendant 6 à 8 heures.

*Astuce
Végé*

Remplacer le bœuf haché par 2 boîtes de 540 ml (19 oz) de lentilles rincées et égouttées. Les ajouter dans les 15 dernières minutes de cuisson.

 Aliments transformés
ou préparés au Québec

 Aliments cultivés
au Québec

 3 L (12 TASSES)

 10 MINUTES

 6-8 HEURES