

Macaroni au piment facile

🍴 1 portions · ⌚ prep. 5m · 🕒 cuisson 15m

🌾 gluten 🥛 lait

Pâtes déshydratées au bœuf haché, haricots et poudre de piment, finies au fromage. Prêtes en 15 minutes.

États-Unis

INGRÉDIENTS

<input type="checkbox"/> pâtes précuites déshydratées	2 tasses
<input type="checkbox"/> bœuf haché déshydraté	1 tasse
<input type="checkbox"/> haricots déshydratés	1 tasse
<input type="checkbox"/> sauce tomate en poudre	2 càs
<input type="checkbox"/> poudre de piment	
<input type="checkbox"/> fromage Cheddar râpé <i>ou parmesan</i>	1 tasse
<input type="checkbox"/> eau	250 ml
<input type="checkbox"/> sel	

PRÉPARATION

– Préparation à la maison –

1. Mélanger les *pâtes précuites déshydratées*, le *bœuf haché déshydraté*, les *haricots déshydratés*, la *sauce tomate en poudre* et la *poudre de piment* dans un sac hermétique. Conditionner le *fromage Cheddar râpé* séparément.

– Utilisation sur le trail –

2. Verser le mélange dans une *casserole*. Ajouter *eau* et porter à ébullition.
3. Assaisonner avec *sel*. Réduire à feu doux et cuire *10 minutes* en remuant jusqu'à réhydratation. Retirer du feu et incorporer le fromage.

dehydrated