



Faits Nutritionnels

Portion 250 mL (1 tasse)

Quantité Par Portion

Calories 187

% Valeur Quotidienne

Lipides Totale g 0%

Lipides Saturée g 0%

Cholestérol 0mg 0%

Sodium 670mg 28%

Glucides Totaux g 0%

Fibre Alimentaire g 0%

Protéine g 0%

Vitamine A % Vitamine C %

Calcium 6% Fer 12%



Temps Total
35 MIN.

Portion
250 ML (1 TASSE)

Difficulté
EASY

Un minestrone à base de plantes à base de saucisse sans viande, haricots, tomate, pâtes.

Rendements
13

INGRÉDIENTS

	POIDS	MESURE
Pâtes ditalini (en forme de petit tube)	1 1/3 tasse	332 mL
Huile d'olive	1 c. à s.	15 mL
Crumbles style saucisses italiennes sans viande	8 1/4 tasses	907 g
Poudre d'ail	1 c. à thé	5 mL
Feuilles d'origan, séchées, broyées	1 c. à thé	5 mL
Haricots verts, congelés, coupés	2 tasses	500 mL
Haricots rouges	2 tasses	500 mL
Soupe condensée tomates de Campbell'sMD	1 boîte 48 oz	1 boîte 1.36 L
L'eau	6 tasses	1 L

INSTRUCTIONS

1. Cuire les pâtes selon les instructions du paquet. Égoutter et refroidir. Réservez pour une utilisation ultérieure.
 2. Chauffer une grande casserole à feu moyen-vif. Ajouter l'huile. Une fois chaud, ajouter les miettes de saucisses à l'italienne sans viande. Cuire pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés et bien cuits.
 3. Ajouter l'ail, l'origan, les haricots verts, les haricots rouges et les tomates. Remuer pour combiner et cuire pendant 3-4 minutes.
 4. Ajouter la soupe aux tomates condensée Campbell's® et l'eau. Bien mélanger. Porter à frémissement et cuire 10 minutes.
 5. Ajouter les pâtes cuites.
- CCP : Chauffer à une température interne minimale de 74°C pendant 1 minute.
 CCP : Maintenir pour service chaud à 60°C ou plus jusqu'à utilisation.
 Pour servir : Porter 250 ml de soupe dans un bol de service. Sers immédiatement.

 **Tip**

* Peut être remplacée par la Soupe Tomates à teneur réduite en sodium de Campbell's®, 12 x 48 oz, no 18987