

Juin


Pâtes aux haricots poulet pesto



Préparation

1. Porter à ébullition 2,4 litres d'eau dans une casserole.
2. Si vous décidez de réaliser votre pesto maison, mixer les feuilles de basilic, les pignons de pin préalablement grillés dans une poêle, la gousse d'ail et le parmesan râpé. Ajouter l'huile d'olive et mixer à nouveau. Saler et poivrer.
3. Equeuter les haricots verts et couper en trois morceaux de taille égale.
4. Cuire les rigatoni 13 à 15 minutes à couvert dans la casserole. Ajouter les haricots verts après 5 à 8 minutes.
5. Egoutter et conserver un peu d'eau de cuisson. Réserver sans couvercle.
6. Faire revenir 2 minutes l'huile d'olive et l'ail émincé dans une sauteuse et ajouter les aiguillettes de poulet. Faire dorer environ 3 à 4 minutes en remuant à feu moyen-vif jusqu'à cuisson.
7. Ajouter les haricots verts, le pesto et les 4 cuillères à soupe d'eau de cuisson à la sauteuse et mélanger.
8. Assaisonner de poivre et éventuellement de sel.

Ingrédients

800 gr de haricots verts 

360 gr de rigatoni

2 gousses d'ail 

2 c à s d'huile d'olive

Sel et poivre

120 gr de pesto vert

ou si préparation maison :

40 gr de feuilles de basilic 

55 gr de pignon de pin

50 gr de parmesan râpé

1 gousse d'ail 

8 c à s d'huile d'olive

Sel et poivre

Allergènes
gluten + lait
+ fruit à coque



Acheter local

