



Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES



ACCOMPAGNEMENT

Sauce béchamel

À SE PROCURER

Huile d'olive, 2 à 4 oeufs, sel et poivre

Pennes au pesto crémeux

INGRÉDIENTS

2 gousses d'ail, hachées finement
1 tige de ciboulette, hachée finement
80 ml de pesto de tomates séchées
30 ml de vinaigre de cidre
60 grammes de farine tout usage
450 grammes de pâte du moment
50 grammes de parmesiano reggiano
500 ml de lait

INSTRUCTIONS

Porter une casserole moyenne d'eau salée à ébullition.

Hacher finement l'ail et la ciboulette. Dans une autre casserole moyenne, faire fondre 4 c.à.s. de beurre à feu moyen, ajouter l'ail et cuire 30 secondes, puis incorporer la farine en fouettant et cuire 30 secondes, en remuant, jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée. Augmenter le feu à moyen-vif et incorporer lentement le lait en fouettant pendant 5 minutes, jusqu'à ce que le mélange ait épaissi. Retirer du feu et incorporer le pesto et la moitié du parmesan en fouettant, saler et poivrer.

Pendant la cuisson de la béchamel, ajouter les pâtes à la casserole d'eau bouillante et cuire 8 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient al dente. Réserver 1 tasse d'eau de cuisson et bien égoutter les pâtes. Mélanger avec un filet d'huile d'olive afin d'éviter qu'elles ne collent.

À la casserole de béchamel, ajouter les pâtes et la moitié de l'eau de cuisson réservée (si la sauce semble sèche, ajouter graduellement l'eau de cuisson restante afin d'obtenir la consistance désirée). Bien mélanger pour combiner, saler et poivrer au goût.

Monter les assiettes en répartissant les pâtes, garnir avec le parmesan restant.


au jour le jour



TEMPS

20

RÉSULTAT

4

bon appétit