Penne Marinara

Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

INGRÉDIENTS

- 400 g de penne
- 1 oignon haché
- 350 g de tomates italiennes
- 1 poivron jaune
- 15 ml de cassonade
- 1 gousse d'ail, hachée finement
- 30 ml de basilic
- 100 g de fromage râpé
- 150 ml de sauce marinara
- 50 g de bouillon de légumes

INSTRUCTIONS

Porter un chaudron d'eau à ébullition

Hacher les oignons et l'ail, et couper le poivron en julienne

Dans une poêle, ajouter un filet d'huile et sauter l'ail, les oignons et les poivrons. Ajouter les tomates, la sauce, le bouillon de légumes et la cassonade. Mélanger et Laisser mijoter 5 minutes.

Faites cuire les pâtes et enlever 2 minutes avant qu'elles ne soient al dente.(Les pâtes continueront à cuire dans la sauce, par la suite, absorbant les saveurs au fur et à mesure).

N'égouttez pas les pâtes. Au lieu de cela, transférez les pâtes de leur eau de cuisson directement dans la sauce qui mijote (ne vous inquiétez pas trop des morceaux d'eau qui arrivent pendant le trajet.)

Mélangez les pâtes dans la sauce et poursuivez la cuisson, 5 minutes jusqu'à ce qu'elles soient cuites. Si nécessaire, ajoutez quelques cuillères à soupe d'eau pour pâtes pour desserrer les pâtes ou s'il semble qu'il n'y en aura pas assez. L'amidon contenu dans la sauce contribue également à l'épaissir.

Goûtez pour assaisonner avec sel et poivre si nécessaire.

Monter les assiettes avec les pâtes en garnissant de fromage. Parsemenr de basilic.

Bon Appétit!

TEMPS

15

RÉSULTAT

4

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES

890
calories

ACCOMPAGNEMENT

À SE PROCURER

Huile d'olive, sel et poivre

au jour le jour

bon appetit