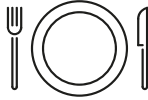


RECETTE

PÂTE CRÉMEUSE AU POTIMARRON



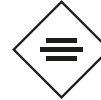
POUR 4
PERSONNES



20
MINUTES



20
MINUTES



NIVEAU FACILE

LISTE DES INGRÉDIENTS

- 400 G DE PÂTES (FUSILLI, RIGATONI, PENNE...)
- 500 G DE POTIMARRON (AVEC PEAU, ÉPÉPINÉ)
- 1 OIGNON
- 2 GOUSSES D'AIL
- 20 CL DE CRÈME LIQUIDE (OU LAIT DE COCO POUR UNE VERSION PLUS LÉGÈRE)
- 60 G DE PARMESAN OU COMTÉ RÂPÉ
- HUILE D'OLIVE
- SAUGE, PIGNONS
- SEL, POIVRE



PRÊT, FEU, À VOTRE TABLIER

- FAIS CUIRE LES PÂTES SELON L'INDICATION DU PAQUET. GARDE UN VERRE D'EAU DE CUISSON.
- COUPE LE POTIMARRON EN DÉS ET FAIS-LE REVENIR 5 MIN DANS UN PEU D'HUILE AVEC L'OIGNON ET L'AIL.
- AJOUTE DE L'EAU À HAUTEUR, SALE, POIVRE, ET LAISSE MIJOTER 15 MIN JUSQU'À CE QUE LE POTIMARRON SOIT TRÈS TENDRE.
- MIXE POUR OBTENIR UNE PURÉE LISSE.
- AJOUTE LA CRÈME + LE PARMESAN/COMTÉ DANS CETTE SAUCE CHAUDE ET MÉLANGE POUR OBTENIR UNE CRÈME ONCTUEUSE.
- VERSE SUR LES PÂTES, RECTIFIE AVEC UN PEU D'EAU DE CUISSON SI BESOIN POUR UNE TEXTURE ENCORE PLUS CRÉMEUSE.
- GOÛTE, AJUSTE SEL/POIVRE.

AJOUTEZ QUELQUES FEUILLES DE SAUGE GRILLÉES DANS DU BEURRE, ET PIGNONS DE PIN TORRÉFIÉS

UN REGAL!

#MARCHEFRAISORGEVAL

#TRESBONAUQUOTIDIEN

POUR PLUS DE RECETTES REJOIGNEZ-NOUS SUR WWW.MARCHEFRAISORGEVAL.FR - @MARCHEFRAISORGEVAL