

Recette



Pâtes au brocoli

Le repas familial idéal pour les petits et les grands amateurs de pâtes.

20 Min.

Temps de préparation



20 Min.

Temps total



Ingrédients pour 4 personnes

PÂTES ET BROCOLI

400 g de pâtes, p. ex. fusilli

500 g de brocoli, en rosettes **De saison**

SAUCE

4 cs de beurre

1 gousse d'ail, finement hachée **De saison**

30 g de chapelure

100 g de fromage frais

50 g de Sbrinz AOP, râpé

poivre

1 citron bio

Voici comment faire

1 de 2

PÂTES

Fire cuire les fusilli pendant env. 5 min. dans l'eau bouillante, ajouter le brocoli et faire cuire avec pendant env. 5 min. Jeter l'eau de cuisson, garder env. 1 dl et mettre de côté. Couvrir les pâtes et le brocoli pour les maintenir au chaud.

2 de 2

SAUCE

Faire chauffer le beurre dans une poêle antiadhésive. Prélever env. 2 cs et mettre de côté. Faire revenir brièvement l'ail et la chapelure dans le beurre restant et ajouter le fromage frais. Ajouter l'eau de cuisson mise de côté et mélanger. Ajouter les pâtes, le fromage râpé et le poivre, mélanger et faire chauffer brièvement. Répartir les pâtes dans les assiettes, saupoudrer de zeste de citron et verser le beurre mis de côté dessus.

Servir avec une salade verte.

