

CONCHIGLIONI AUX BROCOLIS

PÂTES



INGRÉDIENTS

- 200g de Brocolis
- 250g de Conchiglioni (Réf: 523)
- 40g de Pignons de pin
- 1/2 Echalote
- 1 gousse d'Ail
- Sel : à votre goût
- 8 CàS d'Huile d'olive Bruno Viola (Réf: 142)



5 personnes



30 min



1,4 € / PERS



Très facile

PRÉPARATION

1. Cuire les brocolis à la vapeur. Qu'ils restent croquants
2. Faire chauffer l'eau des pâtes puis la saler
3. Faire revenir les pignons sans huile
4. Faire revenir les brocolis à la poêle avec 1/2 échalote et une gousse d'ail
5. Les couper en petits morceaux
6. Mettre les pâtes à cuire
7. Prendre une moitié des brocolis et les mixer avec une louche d'eau de cuisson des pâtes, deux cuillères à soupe d'huile d'olive et un peu de sel. Vous obtenez une crème de brocolis
8. Prendre une grande poêle. Mettre la crème de brocolis, les brocolis, les pignons et enfin les pâtes (cuisson 12 minutes)
9. Mélanger
10. Ajouter 4 cuillères à soupe d'huile d'olive et poivrer
11. Saler à votre goût
12. Mélanger et servir