

Tagliatelles aux Épinards et pignons

Préparation : 10 minutes / Cuisson : environ 15 minutes

Points ww : 13,5 pp par personne avec pâtes à satiété.

La Chouquette (21 mois) a aimé (sans les pignons)

Ingrédients pour 2 :

- 200 g de pâtes
- 20cl de crème fraîche allégée à 15%
- 3 CS de parmesan frais râpé
- 2 gros champignons de Paris
- 1 gousse d'ail
- 1 poignée de basilic frais
- 1 cc d'huile d'olive
- 15 g de pignons de pins
- 150 g de pousses d'épinards
- Sel, poivre



- 1) Portez l'eau salée à ébullition, versez-y vos pâtes et laissez cuire une minute de moins que le temps indiqué.
- 2) Pendant ce temps, grillez rapidement vos pignons et réservez. Emincez les champignons.
- 3) Dans une sauteuse (ou un wok), faites chauffer l'huile et faites revenir l'ail. Ajoutez la crème, le parmesan râpé et les champignons émincés. Salez, poivrez et laissez cuire à feu doux 5 minutes. Quand les pâtes sont cuites, égouttez-les et reversez-les dans la sauteuse (si elle est assez grande) ou dans votre casserole et versez la sauce dessus. Ajoutez le basilic haché et les pousses d'épinards (hachées ou non, selon vos goûts). Mélangez régulièrement et laissez cuire 5 bonnes minutes, le temps que les épinards fondent.
- 4) Servez rapidement et parsemez de pignons.

Bloggeuses, si vous utilisez cette recette, merci de mettre un lien ☺. Envoyez-moi une photo et je vous mettrai à l'honneur sur mon blog.

Et n'hésitez pas à laisser un petit commentaire !

Toute reproduction, de tout ou en partie, par quelque moyen ou procédé que ce soit, pour des fins autres que celles d'utilisation personnelle, est strictement interdite.