



# Linguines asperges et citron

avec petits pois et pesto

**FAMILIALE** 30 minutes



- Linguines
- Asperges
- Citron
- Piment chili
- Ail
- Petits pois
- Pesto de basilic
- Fromage parmesan

En raison de la quantité de commandes reçues, il est possible qu'un ingrédient ait été remplacé par un autre ingrédient équivalent. Suivez les instructions de la recette en faisant des substitutions, au besoin, avec les ingrédients reçus.

Merci de votre compréhension.  
Bon appétit!

**BONJOUR CITRON!**

*Un trait de jus de citron rehausse merveilleusement ce repas!*

## COMMENCER ICI

Avant de commencer, laver et sécher tous les aliments.

### Guide pour le niveau d'épice à l'étape 4 :

- Doux : ¼ c. à thé
- Moyen : ½ c. à thé
- Épicé : 1 c. à thé
- Très épicé : 2 c. à thé

### Sortir

Grande poêle antiadhésive, microplane/zesteur, grande casserole, tasses à mesurer, cuillères à mesurer, passoire

### Ingrédients

	2 pers	4 pers
Linguines	170 g	340 g
Ail	6 g	12 g
Asperges	227 g	454 g
Petits pois	113 g	227 g
Citron	1	2
Pesto de basilic	¼ tasse	½ tasse
Piment chili	1	1
Fromage parmesan	¼ tasse	½ tasse
Beurre non salé*	1 c. à table	2 c. à table
Huile*		
Sel et poivre*		

\* Pas inclus dans la boîte.

### Allergènes

Hé, les cuisiniers! Pour tous les renseignements sur les allergènes, consultez les étiquettes sur chaque sac-repas!

*Certains ingrédients sont produits dans des installations qui traitent également les œufs, le poisson, les crustacés, les fruits de mer, le lait, la moutarde, les arachides, le sésame, le soja, les sulfites, les noix et le blé.*

### Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh  
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002  
bonjour@hellofresh.ca  
HelloFresh.ca



## 1. PRÉPARATION

Dans une casserole moyenne, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel**. (**NOTE** : mêmes quantités pour 4 pers.) Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Pendant que l'eau chauffe, couper et jeter 2,5 cm (1 po) de l'extrémité inférieure des **asperges**. Couper les **asperges** en tronçons de 2,5 cm (1 po). Zester le **citron**, puis le couper en quartiers. Hacher finement le **piment** en retirant les graines pour un goût plus doux. (**NOTE** : il est suggéré de porter des gants de cuisine à cette étape.) Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.



## 4. FAIRE LA SAUCE

Dans la même poêle, ajouter l'**ail**, le **pesto de basilic**, l'**eau de cuisson réservée** et **1 c. à thé de piment** (**NOTE** : se référer au guide pour le niveau d'épice). Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement, de 2 à 3 min. Ajouter les **linguines**, le **zeste de citron**, la **moitié du parmesan** et **1 c. à table de beurre** (doubler pour 4 pers). Retirer la poêle du feu. Bien mélanger jusqu'à ce que les **linguines** soient enrobés et que le **beurre** soit fondu.



## 2. CUIRE LES LINGUINES

Ajouter les **linguines** à la casserole d'**eau bouillante**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce que les **linguines** soient tendres, de 10 à 12 min. Réserver **¾ tasse d'eau de cuisson** (doubler pour 4 pers), puis égoutter.



## 3. CUIRE LES LÉGUMES

Pendant que les **linguines cuisent**, chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **1 c. à table d'huile** (doubler pour 4 pers), puis les **asperges** et les **pois**. Cuire en remuant à l'occasion jusqu'à ce qu'ils soient tendres, de 4 à 5 min.



## 5. FINIR ET SERVIR

Répartir les **linguines asperges et citron** dans les bols. Saupoudrer du **reste de parmesan**. Arroser du jus d'un **quartier de citron**, au goût.

## Le souper, c'est réglé!