

Pâtes printanières au pesto

avec tomates, courgettes et poireaux

Végé

Rapido

25 minutes



Poireau, émincé



Pennes



Petites tomates



Pesto au basilic



Gousses d'ail



Parmesan, râpé grossièrement



Courgette



Citron



Noix de pin



Concentré de bouillon de légumes



Basilic

BONJOUR PESTO AU BASILIC

Cette sauce sucrée et herbacée rehausse les plats en leur donnant plus de saveur!

D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Cuillères à mesurer, tamis, zesteur, petit bol, tasses à mesurer, grande casserole, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poireau, émincé	56 g	113 g
Pennes	170 g	340 g
Petites tomates	113 g	227 g
Pesto au basilic	¼ tasse	½ tasse
Gousses d'ail	6	12
Parmesan, râpé grossièrement	¼ tasse	½ tasse
Courgette	160 g	320 g
Citron	1	1
Noix de pin	28 g	56 g
Concentré de bouillon de légumes	1	1
Basilic	7 g	14 g
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		
Sel et poivre*		

* Essentiels à avoir à la maison

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Appelez-nous ou écrivez-nous | 855 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Faire cuire les pennes

Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **2 c. à thé de sel** (utiliser les mêmes quantités pour 4 personnes). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé. Ajouter les **pennes** à la casserole d'**eau bouillante**. Faire cuire à découvert de 10 à 12 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres. Réserver **½ tasse d'eau de cuisson** (doubler la quantité pour 4 personnes), égoutter les **pennes** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.



Faire cuire les légumes

Dans la même poêle, ajouter **1 c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **tomates**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **tomates** éclatent. Réserver dans un petit bol. Dans la même poêle, ajouter **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis les **poireaux**, l'**ail** et la **courgette**. Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que les **poireaux** ramollissent et que les morceaux de **courgette** soient légèrement croquants, de 4 à 5 minutes. Retirer la poêle du feu.



Préparer

Entre-temps, couper la **courgette** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 1,25 cm (½ po). Peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Zester et presser la **moitié** du **citron** (utiliser le citron entier pour 4 personnes). Couper le **reste** du **citron** en quartiers.



Assembler les pâtes

Dans la casserole contenant les **pennes**, ajouter l'**eau de cuisson réservée**, le **concentré de bouillon**, **1 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), le **pesto**, le **mélange de poireaux et de courgettes** et la **moitié** du **parmesan**. Refaire chauffer la casserole à feu moyen. Faire cuire en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement et enrobe les **pennes**, de 2 à 3 minutes. **Saler** et **poivrer** au goût. Retirer la casserole du feu. Incorporer aux **pâtes** **½ c. à soupe** du **jus de citron** (doubler la quantité pour 4 personnes) et le **zeste de citron**.



Faire griller les noix de pin

Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé. Ajouter les **noix de pin** à la poêle sèche. Faire griller de 3 à 4 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **noix de pin** soient dorées. (**CONSEIL** : Surveiller les noix de pin pour ne pas les brûler!) Réserver dans une assiette.



Terminer et servir

Répartir les **pâtes printanières au pesto** dans les assiettes. Couronner de **tomates éclatées**. Parsemer de feuilles de **basilic** déchirées, du **reste** du **parmesan** et de **noix de pin**. Arroser du jus d'un **quartier de citron**, au goût.

Le repas est prêt!