

Fées Mains by Marjorie



Tagliatelles aux légumes grillés, sauce aux poivrons et parmesan :

Les ingrédients pour 4 personnes : 300g de pâtes – 2 poivrons rouges – 2 tomates – 2 petites courgettes vertes – 2 petites courgettes jaunes – 1 aubergine – 2 petits oignons – 10cl de crème liquide – parmesan râpé – huile d'olive – piment d'Espelette – herbes de Provence – sel – poivre – basilic facultatif

Laver et sécher les poivrons et les tomates. Couper les poivrons en lamelles en prenant soin d'ôter les côtes et les pépins. Couper les tomates en quartiers.

Emincer un petit oignon et le faire revenir dans une casserole avec 1 CàS d'huile d'olive. Ajouter les lamelles de poivrons, les quartiers de tomates et une pincée de piment d'Espelette.

Saler et poivrer à votre convenance et faire cuire environ 20mn à feu doux.

Mixer la préparation avec la crème liquide.

Laver et sécher les courgettes et l'aubergine puis les couper en dés.

Emincer l'oignon restant et le faire revenir dans une poêle avec 2CàS d'huile d'olive puis ajouter les dés de courgettes et d'aubergine.

Saler, poivrer et ajouter une pincée d'herbes de Provence.

Laisser cuire environ 30mn à couvert en remuant régulièrement.

Faire cuire les pâtes « al dente » dans une casserole d'eau bouillante salée avec 1 CàC d'huile d'olive selon la durée indiquée sur le paquet.

Dresser dans chaque assiette les pâtes, les légumes grillés, la sauce aux poivrons et parsemer de parmesan râpé. Déposer un petit brin de basilic préalablement lavé et séché.

Fées Mains by Marjorie
<http://creationsdemarjo.canalblog.com>