



FARFALLES AU POULET, PESTO ET TOMATES RÔTIES À L'AIL

Un plat parfumé, gourmand et plein de saveurs.

- Le **Poulet** est sélectionné par **Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant ainsi une viande d'exception, tendre et pleine de saveur.
- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles
- Le **Fromage** est sélectionné par **Aline de La Maison Du Mieux Manger**

LES INGRÉDIENTS



Farfalles
150grs



Blanc de Poulet
1



Tomate cerise
65grs



Gousse d'ail
1



Pesto
20grs



Parmesan râpé
10grs



Pignons de pin
5grs

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile d'olive



sel et poivre

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Préchauffez le four à 180°C Mélangez les tomates cerises à l'ail haché, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Déposez les sur une plaque recouverte de papier cuisson. Enfourez pendant 20mn jusqu'à ce que les tomates soient confites et caramélisées.

ÉTAPE 2

Cuire les pâtes : Faites chauffer une grande casserole d'eau salée. Quand l'eau bout, ajoutez les pâtes et faites-les cuire al dente (voir instruction sur la paquet) Egouttez les en réservant une louche d'eau de cuisson.

ÉTAPE 3

Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle. Assaisonnez les blancs de poulet avec du sel et du poivre. Faites les cuire 5/6 mn de chaque côté jusqu'à ce qu'ils soient bien dorées et cuit à cœur. Laissez reposer quelques minutes et coupez les en lamelles. (Pour que la cuisson aille plus vite vous pouvez couper le poulet en lamelles avant de le faire cuire)

ÉTAPE 4

Dans un saladier, mélangez les pâtes avec le pesto, ajoutez un peu d'eau de cuisson pour une sauce plus crémeuse. Incorporez les tomates rôties et le poulet émincé. Mélangez.

ÉTAPE 5

Servez dans des assiettes parsemé de pignons de pins et parmesan râpé.



CONSEILS ET ASTUCES

Vous pouvez assaisonner le poulet avec du paprika avant la cuisson.