Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : facile **Temps de préparation : 20 min** **Temps de cuisson : 35 min**



BOULETTE DE POULET AUX HERBES ET PENNES CITRONNÉES À LA CRÈME DE FÊTA.

De délicieuses boulettes parfumées aux herbes accompagnées d'une crème de fromage frais qui apporte une touche de douceur et gourmandise à des penne al dente!

- **Le Fromage** est sélectionné par **Aline de La Maison Du Mieux Manger**
- **Le Poulet** est sélectionné par **Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.

LES INGRÉDIENTS



Penne
100g



Boulettes de poulet aux herbes
100g



Citron
1



Féta
40g



Gousse d'ail
1



Crème épaisse
1



Persil
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile d'olive



sel et poivre

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

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 un peu d'eau de cuisson. (environ 2 cuillères à soupe par personne)

ÉTAPE 2

Mixez la fêta avec la crème fraîche et l'huile d'olive jusqu'à obtenir une texture lisse. Poivrez légèrement et réservez au frais.

ÉTAPE 3

Dans une grande poêle faites revenir l'ail haché dans de l'huile d'olive 1mn, Ajoutez les pennes égouttées, le zeste et le jus de citron. Mélangez bien. Ajoutez un peu d'eau de cuisson pour lier le tout et ajustez l'assaisonnement.

ÉTAPE 4

Dans une poêle chaude, avec un filet d'huile d'olive, à feu moyen, faites dorer les boulettes 10/12 mn en les retournant régulièrement pour une cuisson uniforme.

ÉTAPE 5

Déposez les boulettes de poulet sur les pâtes chaudes , ajoutez des quenelles de crème de fêta sur le dessus. Parsemez de persil ciselé.



CONSEILS ET ASTUCES

Pour une cuisson plus légère vous pouvez faire cuire les boulettes au four à 180°C (chaleur tournante) pendant 20mn.