Difficulté : facile Temps de préparation : 15 min Temps de cuisson : 35min



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. Enfournez 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.