Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

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



FARFALLES AUX ÉPINARDS, CHAMPIGNONS ET OIGNONS CARAMÉLISÉS

Une recette crémeuse et gourmande parfaite pour un repas rapide et équilibré.

- **Le Fromage** est sélectionné par **Aline de La Maison Du Mieux Manger**
- **Les Farfalles** de **Stéphane** des Pâtes Fraîches
- **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.

LES INGRÉDIENTS



Farfalles
130g



Oignon
1



Epinards frais
1



Champignon
100



Parmesan
40g



Crème liquide
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile d'olive



sel et poivre



Vinaigre balsamique
1 cuillère à soupe

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.

ÉTAPE 2

Chauffez un filet d'huile d'olive à feu moyen vif dans une poêle. Ajoutez les oignons émincés et faites les revenir 10mn en remuant constamment. Réduisez le feu et poursuivez la cuisson 10 mn de plus en remuant régulièrement.

ÉTAPE 3

Saupoudrez d'une pincée de sel et laissez cuire 10mn de plus à feu doux, déglacez avec le vinaigre balsamique, remuez et retirez du feu.

ÉTAPE 4

Dans la même poêle chauffez 1 cuillère à soupe d'huile d'olive à feu moyen. Ajoutez les champignons tranchés, salez et faites cuire 5mn. Incorporez les épinards frais et laissez les flétrir doucement.

ÉTAPE 5

Versez la crème et portez à légère ébullition puis baissez immédiatement le feu. Ajoutez le parmesan râpé et mélangez jusqu'à ce qu'il soit fondu. Incorporez les oignons fondus à la sauce et mélangez.

ÉTAPE 6

Incorporez les pâtes à la sauce crémeuse. Laissez mijoter à feu doux 2/3mn.

ÉTAPE 7

Servez chaud avec du parmesan saupoudrez dessus.



CONSEILS ET ASTUCES

Pour ajoutez une touche croquante vous pouvez parsemer de noix grillées ou de pignons de pin.