

RECETTE

FARFALLES RICOTTA EPINARDS ET POIS CHICHES GRILLES

INGREDIENTS

- Farfalles
- Ricotta
- Epinards branche surgelés
- Crème fraîche liquide
- Gousse d'ail
- Echalote
- Pois chiches
- Huile d'olive
- Muscade / Curry



Etape 1

Cuire les Farfalles 9-10 minutes.

Etape 2

Peler et émincer l'échalote

Etape 3

Rincer et égoutter les pois chiches.

Les mélanger avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et du curry en poudre.

Les faire griller dans une poêle à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Réserver.

Etape 4

Passer la crème et la ricotta au mixeur.

Dans une poêle, cuire l'ail à feu moyen quelques minutes dans un peu d'huile de d'olive.

Ajouter les épinards et cuire 2 à 3 minutes.

Laisser refroidir légèrement avant de rajouter le mélange épinards-ricotta.

Poivrer, saler et ajouter la muscade.

Etape 5

Servir en les nappant de sauce aux épinards

PS : Parsemer de pois chiches grillés et déguster aussitôt !