

Pâtes simples au poulet et basilic

TEMPS DE PRÉP

5 MIN

TEMPS TOTAL

22 MIN

PORTION

4



[Imprimer](#)



[Sauver](#)

Ingrédients

Métrique Impérial

- 1 lb poitrines de poulets sans peau et désossées, tranchées
- 1 c. à s. huile d'olive
- 3 gousse d'ail, émincées
- 1 boîte Soupe condensée Crème de poulet de CAMPBELL'S®
- 1 1/2 tasses eau
- 1 tasse lait
- 1 1/2 tasses tomates cerises, coupées en deux
- 8 oz Tagliatelles ou d'autres pâtes longues
- 3 tasses jeunes feuilles d'épinards
- 1/4 tasse parmesan, râpé
- 3 c. à s. basilic frais, haché

Envoyer les ingrédients par courriel + Valeur Nutritionnelle

Préparation

- 1.** Assaisonner le poulet au goût. Dans une grande poêle antiadhésive, faire chauffer l'huile à feu moyen-vif. Ajouter le poulet et cuire pendant 5 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit doré, en remuant de temps en temps. Ajouter l'ail et faire sauter 30 secondes ou jusqu'à ce qu'il commence à dégager son arôme.
 - 2.** Incorporer la soupe, l'eau, le lait et la moitié des tomates cerises; porter à ébullition. Ajouter les pâtes. Réduire à feu moyen. Mijoter doucement à découvert pendant 8 minutes, en remuant de temps en temps.
 - 3.** Couvrir le mélange avec les épinards. Couvrir et poursuivre la cuisson pendant 2 minutes ou jusqu'à ce que les épinards soient tombés et que les pâtes aient atteint la consistance désirée. Remuer pour combiner.
 - 4.** Parsemer de fromage, de basilic et du reste des tomates.
-

Conseils et Recettes

- *Saupoudrez de poivre noir frais moulu, si désiré.*
- *Vous pouvez remplacer les épinards par de jeunes feuilles de chou frisé, de la roquette ou 2 tasses de petits pois surgelés; ou encore, ajoutez 2 tasses de petits fleurons de brocoli, des courgettes tranchées, des cœurs d'artichaut égouttés et coupés en quartiers ou 2 tasses de poivrons rouges grillés hachés 2 minutes avant la fin de la 2e étape de cuisson.*
- *Si la sauce épaisse rapidement, mais que les pâtes sont encore fermes, ajoutez simplement quelques cuillères à soupe d'eau à la sauce pour l'éclaircir et poursuivez la cuisson jusqu'à ce que les pâtes aient atteint la consistance désirée. Si au contraire, la sauce est trop liquide alors que les pâtes sont presque cuites, augmentez le feu pour la faire réduire plus rapidement.*

Avez-vous cuisiner cette recette?

Laissez un commentaire si-dessous.

