

Pâtes Alfredo au poulet

Temps de préparation : 8 minutes

Temps de cuisson : 12 minutes

Durée totale : 20 minutes

Portions 2 à 3

8 onces (225 grammes) de pâtes séchées, nouilles aux œufs ou fettuccine

2 tasses d'eau

1 pot de 15 onces (425 grammes) de sauce Alfredo

1 tasse (fraîche ou congelée) de poulet précuit (couper en dés dans des carrés ¼", puis mesurer)

2 cuillères à café de base de poulet

1 cuillère à soupe d'ail rôti

½ c. à thé de poivre moulu grossièrement

fromage parmesan pour garnir (facultatif)



Couper le poulet précuit en morceaux de la taille de ¼", mesurer 1 tasse à utiliser pour cette recette, remettre les restes de poulet dans le réfrigérateur.

Si vous utilisez des fettuccines ou des spaghettis, cassez les pâtes sèches en deux ou en trois. Mettre les pâtes, 2 cuillères à café de base de poulet et 2 tasses d'eau froide dans le bol de l'autocuiseur. (Si vous utilisez du poulet en dés congelé ou du poulet cru, ajoutez-le à l'autocuiseur. Si vous utilisez du poulet précuit, ne l'ajoutez pas avant que les nouilles ne soient cuites. Cuire à HAUTE PRESSION pendant 2 minutes en utilisant QUICK RELEASE (si vous utilisez du poulet cru, augmentez le temps sous pression à 3 minutes). Lorsque la minuterie émet un bip, utiliser une pince pour déplacer la soupape de pression sur "relâchement de pression". Désactivez le réglage "Garder au chaud".

Mélanger 1 cuillère à soupe d'ail rôti dans le bocal de sauce Alfredo.

Une fois la pression relâchée, retirez le couvercle de l'autocuiseur en l'inclinant pour diriger la chaleur et la vapeur restantes loin de votre visage. Remuer brièvement les pâtes dans l'eau de cuisson. Retirer le bol de l'autocuiseur et égoutter l'eau de cuisson au besoin. Remettre les pâtes dans le bol. Ajouter le poulet (si ce n'est déjà fait), la sauce pour pâtes alfredo et le poivre moulu grossièrement. Remuer, garnir de parmesan râpé, si désiré. Servir immédiatement.

REMARQUE : Si vous en voulez plus de 2 ou 3 portions, ou si vous voulez des restes, cette recette peut être doublée et cuite en un seul lot dans l'autocuiseur.

VARIATIONS

Fettuccine Alfredo aux champignons. Si vous aimez les champignons, ou si vous voulez ajouter un peu d'umami à vos pâtes, pensez champignons ! Trancher les champignons de votre choix, les faire revenir dans le beurre jusqu'à ce qu'ils soient cuits, puis pour dorer le lys, ajouter un peu de vin blanc ou de vermouth dans la poêle. Cuire jusqu'à ce que les champignons aient absorbé le vin. Retirer du feu et réserver jusqu'à ce que les pâtes soient égouttées.

Poulet Alfredo avec petits pois et prosciutto. Les petits pois et le prosciutto sont un accord classique avec les pâtes. Ajouter les pois congelés avant la cuisson sous pression, puis les pois frais. Couper le prosciutto en petits morceaux ou en lamelles et ajouter après avoir égoutté l'eau. Un oignon délicat, comme des oignons légèrement sautés ou des échalotes, ou peut-être même des oignons perlés, pourrait également convenir à cette variante.

Alfredo aux tomates séchées au soleil et au poivron rouge (Cela fonctionnerait probablement encore mieux si vous utilisiez la sauce Alfredo aux tomates séchées au soleil Classico ou la sauce Alfredo aux poivrons rouges grillés Classico). Ajouter les tomates séchées au soleil hachées et les poivrons rouges coupés en dés et sautés aux pâtes cuites (si vous utilisez des tomates séchées au soleil conservées dans l'huile, vous voudrez peut-être éponger une partie de l'huile des tomates avec un essuie-tout avant de les ajouter aux nouilles) Traduit et photo de : <http://epressurecooker.com/pasta-recipes/chicken-alfredo-recipe/>