



Estelle de Saint Germain

Pâtes aux courgettes

Ingrédients :

2 courgettes, 2 gousses d'ail, 500g de pâtes, de l'huile d'olive, du persil plat ciselé , quelques pignons grillés (facultatif) et du parmesan fraîchement râpé.

Recette :

Emincer les courgettes et les faire revenir lentement avec l'ail et une pincée de sel, dans un wok avec couvercle, en remuant régulièrement pour ne pas que ça attache.

Dans une autre casserole faire bouillir et saler une grande quantité d'eau puis faire cuire les pâtes.

Egoutter les pâtes, les mélanger à la fondue de courgettes, ajouter un peu d'huile d'olive, le parmesan, les pignons et le persil plat.

NE PAS AJOUTER DE SAUCE OU HUILE PIMENTEE