

Mafaldines aux Courgettes et Féta à l'Orientale

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

| | |
|--------------------------|-------------|
| - MAFALDINES (PÂTES) | 500g |
| - COURGETTE(S) | 2-3 belles |
| - GOUSSE(S) D'AIL | 3 |
| - CUMIN EN POUDRE | 1 c à soupe |
| - PAPRIKA | 1 c à soupe |
| - CASSONADE BRUNE | 1 c à soupe |
| - POIVRE DE CAYENNE | un peu |
| - CONCENTRE DE TOMATES | 140g |
| - EAU | 600 ml |
| - FETA (FROMAGE GRECQUE) | 250g |
| - CORIANDRE FRAIS | |
| - SEL | |
| - POIVRE | |

Recette:

- Coupez les courgettes en petits dés à l'aide d'un coupe légumes.
- Pelez les gousses d'ail.
- Mélangez les épices (Cumin et paprika) dans un ramequin avec la cassonade.
- Faites revenir les dés de courgettes dans de l'huile chaude. Ajoutez-y l'ail écrasé ainsi que sel et poivre.
- Laissez cuire quelques minutes puis intégrez-y les épices. Remuez et laissez cuire doucement pendant 4-5 minutes.
- Ajoutez alors le concentré de tomates et l'eau. Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter pendant 15-20 minutes à couvert.
- Pendant ce temps, faites cuire les mafaldines dans de l'eau bouillante salée le temps nécessaire. Egouttez et réservez.
- Coupez la féta en dés. Poivrez-les.
- Servez les pâtes égouttées nappées de sauce orientale aux courgettes et surmontez le tout de quelques dés de féta. Saupoudrez de coriandre ciselée.

