

Linguines au Poulet, Asperges Vertes, Mange-Tout et Pesto

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- LINGUINES (PÂTES)	500g
- MANGE-TOUT (HARICOTS)	200g
- ASPERGE(S)	500g vertes
- PESTO VERT	3 c à soupe
- BLANC(S) DE POULET	500g
- EPICE POUR POULET	
- PARMESAN RAPE	
- HUILE D'OLIVE	
- ROQUETTE (SALADE)	en garniture
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Faites cuire les pâtes le temps nécessaire dans de l'eau bouillante salée. Egouttez. Réservez dans la casserole avec un peu d'huile d'olive et le pesto. Homogénéisez.
- Coupez la volaille en dés. Faites-les revenir dans du beurre chaud. Salez, poivrez et ajoutez un peu d'épices pour poulet. Réservez.
- Nettoyez et coupez les mange-tout en 2.
- Pelez les asperges, coupez le partie dure et ensuite séparez la tête (environ 5-7 cm). Le reste du pied, détaillez-le en rondelles.
- Faites cuire le mélange mange-tout – asperges dans de l'eau bouillante pendant 10 minutes. Egouttez. Réservez les têtes d'asperges sur une assiette séparée.
- Ajoutez aux pâtes, les dés de poulet cuits ainsi que les mange-tout et les rondelles d'asperges. Saupoudrez d'un peu de parmesan. Mélangez le tout.
- Servez dans des assiettes creuses, garnissez avec les têtes d'asperge, un peu roquette puis saupoudrez de parmesan.

