

Conchiglies Poulet - Chorizo, Sauce Chèvre - Légumes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 hh 20 min

Ingrédients:

- CONCHIGLIES (PÂTES)	250 - 300g
- COURGETTE(S)	1
- GOUSSE(S) D'AIL	1
- CAROTTE(S)	2
- COULIS DE TOMATES	200 ml
- EAU	50-75 ml
- CONCENTRE DE TOMATES	1 c à café
- FROMAGE(S) DE CHEVRE	150g frais
- ORIGAN	
- FILET(S) DE POULET	350g
- CHORIZO	75g
- PAPRIKA	
- PARMESAN RAPE	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Pelez et coupez les carottes en petits dés (au coupe-légume). Faites-les cuire 5 minutes au micro-onde sous un film alimentaire.
- Emincez finement l'ail.
- Détaillez la courgette en petits dés (au coupe-légume).
- Faites-les revenir dans une grande poêle. Agrémentez avec l'ail, sel et poivre.
- Ajoutez les carottes précuites puis intégrez le fromage de chèvre.
- Arrosez avec le coulis et le concentré de tomates. Allongez un peu la sauce avec de l'eau.
- Salez, poivrez et ajoutez de l'origan. Laissez mijoter doucement à couvert.
- Taillez la volaille en petits dés. Faites de même avec le chorizo.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Dans une poêle beurre, saisissez les dés de poulet. Salez, poivrez et assaisonnez de paprika. Intégrez les dés de chorizo et laissez colorer quelques minutes.
- Entre temps, faites cuire les pâtes dans de l'eau bouillante salée le temps nécessaire. Egouttez.
- Huilez un plat à gratin.
- Déposez-y les conchiglies puis recouvrez avec le mélange poulet-chorizo. Arrosez le tout avec la sauce tomate aux légumes. Mélangez un peu puis saupoudrez de parmesan.
- Enfournez pendant 20 – 25 minutes.
- Servez dès la sortie du four.

Remarque:

Accompagnez d'une salade verte.