



Les plats principaux

Pâtes au poulet cajun

Pour 4 personnes.

Ingrédients

400 grammes poulet (filets, en dés)
3 gousses d'ail (finement ciselées)
20 grammes de parmesan (râpé)
1 cube de bouillon de poule
400 grammes de passata
150 millilitres de crème
1/2 citron (le jus)
500 grammes de penne
poignée feuilles de basilic
2 cuillères à soupe d'assaisonnement cajun
épices à poulet
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Chauffez l'huile d'olive dans une grande poêle et cuisez les dés de poulet bien dorés et à point. Assaisonnez avec les épices à poulet, poivre et sel. Cuisez les penne selon les indications de l'emballage.

Ajoutez ensuite les gousses d'ail et cuisez encore 2 minutes. Saupoudrez ensuite les épices cajun et mélangez bien le tout.

Incorporez la passata, rincez la boîte avec un peu d'eau que vous ajoutez aussi à la sauce. Émiettez le cube de bouillon de poule dans la sauce. Mélangez bien et laissez mijoter 5 minutes.

Ajoutez la crème en dernière dans la sauce. Faites un peu réchauffer. Mélangez les pâtes cuites, le jus de citron et le parmesan. Servez les pâtes avec les feuilles de basilic et un peu de parmesan en plus.

