



Les plats principaux

## **Spaghetti de carottes et courgettes en sauce au paprika**

**Pour 4 personnes.**

### **Ingrédients**

250 grammes spaghettis (courgette)  
250 grammes spaghettis (wortel)  
3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 paquet tomates en cubes  
1 poivron rouge  
2 gousses d'ail  
1 oignon  
1 pincer de chili en poudre  
poudre de paprika  
poivre  
sel

### **Méthode de préparation**

Préparez la sauce : ciselez l'oignon et l'ail. Chauffez l'huile dans une casserole et faites-y revenir l'oignon et l'ail.

Coupez le poivron en petits morceaux et ajoutez-le à l'oignon. Étuvez 7 minutes.

Ajoutez les tomates en cubes et assaisonnez avec chili, paprika en poudre, poivre et sel. Faites mijoter la sauce tranquillement pendant 10 minutes à feu doux.

Chauffez 1 cs d'huile d'olive dans une poêle et cuisez-y les spaghettis de carottes et courgettes durant 2 minutes. Disposez les légumes dans les assiettes et versez la sauce par-dessus.

