



SPAGHETTIS PRINTANIERES AUX ASPERGES VERTES ET SAUMON SANS GLUTEN PAR ©ANNE LATAILLADE*



Pour 4 personnes

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Niveau de difficulté : facile

Repère prix : 1,72€ par personne

Ingrédients :

250 g de spaghetti **CHAQUE JOUR SANS GLUTEN**

2 pavés de saumon de 100 g chacun **PÊCHE OCEAN**

8 asperges vertes **NOTRE JARDIN** ou asperges fraîches

1 cube de bouillon légumes et aromates **BIO VILLAGE**

150 ml de vin blanc cépage Chardonnay **VIEUX CARION**

1 échalote **BIO VILLAGE**

25 cl de crème liquide 12% Mat. Gr. **DELISSE**

1 pincée de poivre du moulin

Crédit photo :

© MarqueRepère/FrancescaMantovani

Préparation :

Dans une casserole, faire bouillir un grand volume d'eau salée.

Pour des asperges fraîches, les laver et les éplucher avant de les faire cuire 10 minutes dans l'eau bouillonnante. Les égoutter avant de les couper en 5 morceaux de taille égale.

Découper les pavés de saumon en dés d'environ 1 cm de côté.

A nouveau, faire bouillir une casserole d'eau salée et y plonger les pâtes. Les laisser cuire 9 minutes pour une cuisson 'al dente'.

Pendant ce temps, préparer la sauce. Eplucher une échalote et la ciseler finement. La faire revenir dans une casserole avec un cube de bouillon de légumes et aromates et 150 ml de vin blanc sec cépage Chardonnay.

Faire réduire le tout jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de liquide, puis verser la crème liquide et porter à ébullition avant de stopper la cuisson.

Egoutter les pâtes et les réserver dans un plat.

Verser la sauce dans la casserole qui a servi à la cuisson des pâtes, y ajouter les dés de saumon. Laisser cuire 2 minutes, ajouter les asperges et les pâtes.

Laisser cuire 1 minute supplémentaire en mélangeant.

Verser le tout dans un plat de service et déguster.