

349 kcal
par part

LIV
HAPPY RECETTES

Riche en
protéines

Spaghetti fêta & citron

Les ingrédients :



+



1 bloc de feta



1/2 tête d'ail



2 échalotes



1 citron



Basilic

2 paquets de
spaghetti LIV



Ce dont vous avez besoin :

- Sel et poivre
- Herbes de Provence
- 1 c.à.s d'huile d'olive



La recette :

- 1 Passer les spaghetti sous l'eau, bien égoutter, les saisir 3 à 5 minutes dans une poêle bien chaude avec du sel et du poivre, réserver. Préchauffer le four à 180°C.
- 2 Découper les citrons en deux et enlever les pépins. Émincer finement les échalotes. Dans un plat allant au four, déposer au centre la fêta, puis les citrons contre le fond du plat.
- 3 Ajouter les échalotes, la tête d'ail, l'huile d'olive, les herbes de Provence. Saler et poivrer. Cuire au four à 180°C pendant 30 min.
- 4 Presser les citrons confits et l'ail dans le plat. Mélanger le tout. Ajouter un peu d'eau chaude si nécessaire pour rendre le mélange plus crémeux.
- 5 Verser les spaghetti dans le plat puis mélanger. Ajouter le basilic ciselé. C'est prêt, LIV IT !

Petit +



#KONJAKISÉS