

ENVI-BIO

Fettuccine crème de brocoli



Les ingrédients bio:



Ce dont vous avez besoin:

- Sel
- Poivre
- 4 càc d'huile d'olive
- Passoire
- Poêle
- Planche à découper



La recette:

- 1 Faire cuire la moitié des brocolis dans de l'eau bouillante jusqu'à ce qu'ils soient fondants.
- 2 Émincer l'oignon et le faire revenir dans une poêle huilée. Bien égoutter puis mixer avec l'oignon, le fromage blanc, sel poivre, et ail.
- 3 Faire griller les broccolini dans une poêle huilée. Passer les fettuccine sous l'eau, bien égoutter et ajouter dans une poêle.
- 4 Verser la sauce, cuire quelques minutes et servir. Ajouter les broccolini.
- 5 C'est prêt, trOp bOn !

