Banque Alimentaire
de l'Isère

Pates aux brocolis et persillade

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes

- Ras el hanout : 1 cuillère à café
- Persil : 1 brin
- Ail : 2 gousses
- Huile d'olive : 3 cuillères à soupe
- Brocolis 500 gr
- Pâtes 500 gr
- Parmesan 30 gr
- Sel : 1 pincée

PRÉPARATION

- Faire cuire les pâtes selon les instructions portées sur l'emballage.
- Enlever les tiges des brocolis. Couper les bouquets dans l'épaisseur.
- Les faire cuire 8 minutes dans de l'eau bouillante salée.
- Verser l'huile d'olive sur les pâtes. ajouter le persil ciselé, le ras el hanout et les gousses d'ail écrasées. Mélanger.
- Verser les pâtes dans un plat peu profond. Déposer les brocolis sur les pâtes.
- Servir accompagné de parmesan.

Temps de préparation : 15 minutes
Temps de cuisson : 15 minutes
Coût : 0,5 à 1€ / personne