



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Cavatelli, kale, noix et romarin

Pour 2 personnes | Facile

25 min | **3.72€** La portion (prix indicatif)

Une recette de pâte qui change, avec à l'honneur un légume, le chou kale, le croquant apporté par les noix et un parfum aux notes de romarin.



Les ingrédients

- **300 g** de Pâte fraîche Cavatelli
- **1 brin** de Romarin frais
- **100 g** de Chou kale
- **80 g** de Cerneaux de noix
- **2 gousse** de Ail
- **1 unité** de Echalote
- **60 ml** de Crème fraîche épaisse/30% de MG
- **20 g** de Parmesan rapé
- **20 g** de Beurre doux

Étapes de préparation



Préparation : 10 min



Cuisson : 15 min



Attente : 0 min

- 1 Portez à ébullition une grande casserole moyenne d'eau salée.
Laver et sécher les produits frais.
- 2 Préparation des ingrédients de la recette :
Détacher les feuilles (aiguilles) de romarin de la branche.
Hacher grossièrement les noix.
Épluchez et émincez l'échalote.
Épluchez et hachez grossièrement l'ail.
Retirez et jetez les tiges de chou frisé et hacher grossièrement les feuilles.

- 3** Dans une grande casserole, chauffer un filet d'huile (d'olive de préférence) à feu moyen-vif jusqu'à ce qu'elle soit chaude.
Une fois que l'huile est suffisamment chaude pour que la feuille de romarin grésille immédiatement lorsqu'elle est ajoutée à la poêle, ajoutez le romarin et les noix.
Cuire, en remuant fréquemment, pendant 2 à 3 minutes ou jusqu'à ce que le romarin soit croustillant et que les noix soient bien dorées.
Laisser l'huile dans la poêle, transférer le romarin frit et les noix dans une assiette tapissée de papier essuie-tout.
Assaisonner immédiatement avec du sel et du poivre.
- 4** Ajouter dans cette même casserole 2 cuillères à café d'huile d'olive et faite revenir l'échalote et l'ail. Cuire à feu moyen-vif, en remuant de temps en temps, de 2 à 3 minutes.
Ajoutez le chou frisé. Assaisonnez avec du sel et du poivre. Si vous le souhaitez, vous pouvez ajouté un peu de piment pour relever le plat.
Cuire en remuant fréquemment pendant 3 à 4 minutes.
Une fois que le chou vous semble cuit, ajouter la crème épaisse et remuez constamment pendant 1 minute.
Éteindre le feu et rectifier l'assaisonnement si besoin.
- 5** Pendant que le kale cuit, ajoutez les pâtes dans la casserole d'eau bouillante et faite les cuire al dente le temps indiqué sur le sachet.
Réserver ½ tasse d'eau de cuisson des pâtes puis égoutter-les.
- 6** Dans la poêle avec le kale, ajoutez les pâtes cuites, le beurre et la moitié de l'eau de cuisson.
Cuire à feu moyen-vif, en brassant vigoureusement, pendant 1 à 2 minutes ou jusqu'à ce que les pâtes soient bien enrobées (si les pâtes semblent sèches, ajoutez progressivement le reste de l'eau de cuisson pour obtenir la consistance désirée).
- 7** Eteignez le feu, goûtez et assaisonnez avec du sel et du poivre si besoin.
Servez les pâtes, arroser d'huile d'olive. Garnissez avec le romarin frit et les noix.
Saupoudrez de parmesan et régalez-vous !