



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux

Pâtes gigli aux pois chiches et zaatar d'inspiration Ottolenghi

 Pour 4 personnes

 Très facile

 40 min

2.42€ La portion (prix indicatif)



On a utilisé des pâtes gigli mais ça marche aussi avec des conchiglie ou des orecchiette.

Les ingrédients

- 200 g de Pâte Gigli
- 800 g de Pois chiche cuit
- 1 1/2 de Oignon jaune
- 2 gousses de Ail
- 25 g de Filet d'anchois à l'huile
- 2 c à c de Cumin moulu
- 5 brin de Thym frais ou en branche
- 1 pièce de Citron jaune bio non traité
- 1 c à c de Sucre de canne blond
- 1 pièce de Bouillon de poule, de volaille
- 60 g de Pousse d'épinard
- 10 brin de Persil plat frais
- 2 c à c de Zaatar

Étapes de préparation



Préparation : 15 min



Cuisson : 25 min



Attente : 0 min

- 1 Épluchez et coupez ½ oignon en lamelles fines.
Hachez finement 2 gousses d'ail.
Hachez finement 10 filets d'anchois à l'huile.
Mettez dans un bol les lamelles d'oignon, l'ail, les anchois, 2 càc de cumin moulu, les feuilles de 5 brins de thym, le zeste d'½ citron jaune et plusieurs tours de moulin à poivre.
- 2 Chauffez 3 càs d'huile d'olive dans une poêle à feu moyen.

Ajoutez le bol avec les aromates. Dorez les oignons 3 à 4 minutes en mélangeant.

- 3 Ajoutez 480 g de pois chiches égouttés et 1 càc de sucre blond. Faites frire à feu doux une dizaine de minutes.
- 4 En parallèle, faites bouillir un grand volume d'eau salée dans une casserole pour cuire les pâtes.
- 5 Quand les pois chiches sont bien dorés et croustillants, versez 400 ml d'eau, 2 càs de jus de citron et du bouillon de volaille (dosé pour 250 ml de liquide). Mélangez. Mijotez pendant 5 minutes à petit frémissement.
- 6 Faites cuire 200 g de pâtes gigli al dente selon les instructions indiquées sur le paquet.
- 7 Hachez une dizaine de brin de persil
- 8 Après 5 minutes, ajoutez dans les pois chiches 2 poignées de pousses d'épinard et le persil haché. Mélangez pour faire tomber les épinards.
- 9 Transvasez les pâtes cuites dans la sauce aux pois chiches. Mélangez.
- 10 Servez aussitôt. Saupoudrez de zaatar (\approx ½ càc par personne) et arrosez d'un filet d'huile d'olive.