



Pâtes au poulet, au bacon et au pesto

avec linguines fraîches et tomates éclatées

Familiale

Pâtes fraîches

30 à 40 minutes



Poitrines de poulet +
2 | 4



Tranches de bacon
100 g | 200 g



Linguines fraîches
227 g | 454 g



Petites tomates
113 g | 227 g



Fromage de chèvre
28 g | 56 g



Pignons
28 g | 56 g



Pesto au basilic
½ tasse | 1 tasse



Assaisonnement italien
½ c. à soupe | 1 c. à soupe

Allergènes Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



Porter l'eau à ébullition et cuire le bacon

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.
- Dans une grande casserole, ajouter **10 tasses d'eau** et **1 c. à soupe de sel** (les mêmes qtés pour 4 pers.). Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Entre-temps, disposer les **tranches de bacon** en une seule couche sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin.
- Rôtir dans le **haut** du four de 8 à 12 min, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant et entièrement cuit**.
- Réserver dans une assiette recouverte d'essuie-tout.
- Lorsque le **bacon** aura assez refroidi pour être manipulé, le défaire en bouchées.

2



Cuire le poulet

- Sécher le **poulet** avec un essuie-tout. **Saler, poivrer** et saupoudrer de la **moitié** de l'**assaisonnement italien** (toute la qté pour 4 pers.).
- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter **½ c. à soupe d'huile**, puis le **poulet**. (**REMARQUE** : Pour 4 pers., cuire en 2 étapes, en utilisant ½ c. à soupe d'huile chaque fois.) Saisir de 1 à 2 min par côté, jusqu'à ce que le **poulet** soit doré.
- Retirer du feu. Transférer le **poulet** sur une autre plaque à cuisson non recouverte.
- Rôtir au **centre** du four de 10 à 12 min, jusqu'à ce que le **poulet** soit entièrement cuit**.
- Laisser reposer le **poulet** pendant 5 min sur une planche à découper.

3



Griller les tomates

- Entre-temps, couper les **tomates** en deux.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **tomates** de **½ c. à soupe** (1 c. à soupe) d'**huile**. **Saler et poivrer**, puis bien mélanger.
- Rôtir dans le **bas** du four de 12 à 14 min, jusqu'à ce que les **tomates** soient tendres.

4



Griller les pignons

- Essuyer la poêle (celle de l'étape 2) et la chauffer à feu moyen.
- Ajouter les **pignons** à la poêle sèche. Griller de 4 à 5 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **pignons** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Transférer dans une assiette.

5



Cuire les linguines

- Ajouter les **linguines** à l'**eau bouillante**.
- Cuire à découvert de 2 à 4 min, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que les **pâtes** soient tendres.
- Réserver **¼ tasse** (1 ½ tasse) d'**eau de cuisson**, puis égoutter les **linguines** et les remettre dans la même casserole, hors du feu.
- Dans la casserole contenant les **linguines**, ajouter le **pesto**, le **fromage de chèvre**, le **bacon** et **½ tasse** (1 tasse) d'**eau de cuisson réservée**. (**CONSEIL** : Pour une consistance plus légère, ajouter plus d'eau de cuisson, de 1 à 2 c. à soupe à la fois, si désiré.)
- **Saler et poivrer**, puis bien mélanger, jusqu'à ce que le **fromage de chèvre** fonde.

6



Terminer et servir

- Trancher finement le **poulet**.
- Répartir les **pâtes** dans les assiettes. Garnir de **tomates** et de **poulet**.
- Parsemer de **pignons**.

* L'emballage sous vide garantit une fraîcheur maximale des aliments, mais peut légèrement faire changer leur couleur et leur donner une odeur plus prononcée. Chaque aliment retrouvera son état d'origine 3 min après l'ouverture de l'emballage.

** Cuire le porc et le poulet jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 71 °C (160 °F) et 74 °C (165 °F), respectivement.



Ce repas ne vous convient pas?
Balayez le code QR pour nous faire part de vos commentaires.