

# Pâtes aux Petits-Pois, Jambon et Parmesan

*Pour 4/5 personnes :*

- **300 g de pâtes (penne, spaghetti...)**
- **200 g de dés de jambon cuit (ou tranche bien épaisse coupée en dés)**
- **100 g de petits-pois frais (ou surgelés)**
- **25 g de parmesan**
- **10 cl de crème liquide**
- **1 oignon nouveau**
- **sel, poivre**

1. Dans une casserole d'eau bouillante, faire cuire les pâtes suivant l'indication de l'emballage.
2. Faire de même avec les petits-pois, environ une dizaine de minutes.
3. Pendant ce temps, émincer finement l'oignon puis le faire revenir quelques minutes à feu doux dans une poêle.
4. Ajouter ensuite les dés de jambon et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.
5. Verser la crème liquide avec le parmesan ainsi qu'une louche d'eau de cuisson des pâtes puis assaisonner en sel et en poivre à votre convenance.
6. Laisser réduire le tout quelques minutes.
7. Une fois les pâtes et les petits pois bien égouttés, ajouter tout ce beau monde à la préparation puis bien mélanger.
8. Faire revenir le tout quelques minutes puis servir avec un peu de parmesan supplémentaire : c'est prêt ! ☐

☐ Voilà une recette comme on les aime : simple, rapide et efficace ! ☐

Elle est idéale pour les "gamelles" de la semaine au travail ! Et comme on dit, c'est toujours meilleur réchauffé ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Les Véritables Pâtes à la Carbonara

*Pour 4/5 personnes :*

- **500 g de pâtes (ici, des spaghettis)**
- **200 g de guanciale (pancetta ou lard)**

- **120 g de pecorino ou de parmesan (ou un mélange des deux)**
- **3 œufs entiers**
- **3 jaunes d'œufs**
- **sel et poivre**

1. Dans une casserole d'eau bouillante salée, faire cuire les pâtes suivant les indications du paquet. Ici nous sommes sur une cuisson de 10 minutes pour des spaghettis al dente.
2. Pendant ce temps, tailler le guanciale en morceaux de manière à obtenir des lardons puis les faire revenir quelques minutes dans une poêle à feu doux de façon à ce que le gras fonde. Les lardons doivent légèrement croustiller. Réserver.
3. Dans un saladier, battre les œufs entiers avec les jaunes puis y ajouter deux tiers de pecorino (ou parmesan) et enfin 2 cuillères à soupe d'eau de cuisson des pâtes. Assaisonner en sel et en poivre.
4. Égoutter les pâtes puis les ajouter dans le saladier avec la préparation œufs/pecorino. Mélanger rapidement jusqu'à ce que la sauce adhère parfaitement sur l'ensemble des pâtes.
5. Enfin incorporer les lardons de guanciale, mélanger à nouveau puis servir dans chaque assiette en saupoudrant le tout avec le tiers de pecorino restant : c'est prêt ! ☐

☐ Voici la VRAIE recette des pâtes carbonara que j'ai pue découvrir lors d'un séjour en Italie ! ☐  
Je vous avoue que depuis que je fais la recette authentique italienne, j'ai du mal à revenir à celle qu'on connaît en France à base de crème, lardons... ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## **Pâtes Sautées aux Girolles et aux Lardons**

*Pour 6/8 personnes :*

- **500 g de pâtes (type Linguine ou Spaghettis)**
- **500 g de girolles (lavées et triées)**
- **400 g de lardons**
- **3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse**
- **1 petit bouquet de persil**
- **sel, poivre**

1. Dans une casserole d'eau bouillante faire cuire les pâtes comme indiqué sur le paquet, jusqu'à ce qu'elles soient "al dente".
2. Égoutter les pâtes puis réserver.
3. Dans une poêle faire revenir les lardons à feu doux pendant 5 minutes.

4. Ajouter ensuite les girolles puis cuire le tout pendant 15/20 minutes en prenant soin de bien mélanger de temps en temps.
5. Une fois les lardons et girolles cuits, ajouter la crème fraîche puis mélanger. Laisser épaissir pendant quelques minutes.
6. Verser les pâtes dans la poêle et mélanger le tout jusqu'à obtenir une préparation bien homogène.
7. Assaisonner en sel et poivre puis incorporer le persil finement ciselé et faire revenir le tout quelques minutes : c'est prêt ! ☐

☐ Grâce à cette recette simple et authentique, toutes les saveurs de la girolle exploseront en bouche. Il est possible d'agrémenter le tout de parmesan ou gruyère râpé. ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Poêlée de Spaghettis aux Asperges Vertes, Petits Pois et Lardons

*Pour 4/6 personnes :*

- **1 paquet de spaghettis (500 g)**
- **1 botte d'asperges vertes (500 g)**
- **100 g de petits poids frais (ou surgelées)**
- **200 g de lardons**
- **1 oignon**
- **sel et poivre**

1. Dans une casserole d'eau bouillante, faire cuire les spaghettis comme indiqué sur l'emballage. Les égoutter puis les réserver.
2. Laver les asperges puis les couper en tronçons de 2 cm de longueur, les réserver.
3. Écosser les petits poids, les laver et les réserver.
4. Éplucher et émincer finement l'oignon puis le mettre à suer dans une poêle à feu doux pendant quelques minutes.
5. Ajouter les asperges avec les petits pois puis laisser cuire 5 minutes.
6. Mettre ensuite les lardons puis faire cuire le tout une quinzaine de minutes en prenant soin de bien remuer de temps en temps et d'assaisonner.
7. Pour terminer, verser les spaghettis dans la poêle et faire revenir le tout pendant 5 minutes : c'est prêt ! ☐

□ Au moment du service, on peut saupoudrer le tout avec du parmesan ou bien du gruyère râpé. On peut également agrémenter cette poêlée suivant les légumes de saison : brocolis, pois gourmands, carottes... libre choix à votre imagination ! □



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Pâtes aux Poireaux et aux Lardons

*Pour 4 personnes :*

- **250 g de spaghettis (ou autres pâtes)**
- **3 poireaux**
- **400 g de lardons**
- **40 cl de crème fraîche liquide**
- **2 noix de beurre**

1. Couper le vert des poireaux et bien laver le blanc puis les couper en morceaux.
2. Cuire les pâtes comme indiqué sur le paquet et selon vos préférences puis les égoutter. Réserver.
3. Dans une poêle bien chaude, faire fondre le beurre puis y verser les poireaux.  
Les faire revenir durant une vingtaine de minutes en prenant soin de bien remuer pour éviter qu'ils ne crament.
4. Ajouter les lardons puis laisser cuire le tout, tout en remuant, durant une quinzaine de minutes.
5. Sortir la poêle du feu puis verser la crème fraîche.  
La remettre à feu doux de manière à légèrement épaissir le mélange tout en touillant.
6. Verser la préparation sur les pâtes puis remuer le tout : c'est prêt ! □

□ Vous pouvez agrémenter ces pâtes avec un peu de parmesan ou de gruyère râpé. □  
Préparées à l'avance et en quantité, vous pourrez les conserver facilement une semaine au frais et elles seront idéales pour la "gamelle" du boulot ! □



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

