



Tagliatelle fraîches et sauce aux tomates cerises

Garnies de basilic et de grana padano



Oignon



Tomates cerises jaunes et orange *



Gousse d'ail



Tagliatelle fraîches *



Basilic frais *



Grana padano râpé *

Total : 40 min.

Family

Facile

Veggie

Consommer dans les 5 jours

Calorie-focus

Le secret d'un bon plat de pâtes à l'italienne, c'est la simplicité ! Cette savoureuse recette est prête en un rien de temps. Fraîches et sucrées, les tomates cerises sont évidemment délicieuses en salade ou telles quelles, mais aujourd'hui, vous allez en faire une sauce succulente. La cuisson à l'étuvée renforce encore plus leur goût, ce qui se combine d'autant mieux avec le côté salé du fromage.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Sauteuse avec couvercle et casserole avec couvercle.

Recette de **tagliatelle fraîches et sauce aux tomates cerises** : c'est parti !



1 PRÉPARER

Émincez l'**oignon**. Coupez les **tomates cerises** en deux. Émincez ou écrasez l'**ail**.



2 CUIRE LES CONDIMENTS

Faites chauffer l'huile d'olive à feu moyen-vif dans la sauteuse. Faites revenir l'**ail** et l'**oignon** 2 à 4 minutes.



3 PRÉPARER LA SAUCE

Ajoutez les **tomates cerises** et, par personne, 1 cc de vinaigre balsamique et 1 cc de cassonade. Baissez le feu sur doux, couvrez et laissez mijoter les **tomates cerises** 20 à 35 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient bien tendres.



4 CUIRE LES TAGLIATELLE

Pendant ce temps, portez une grande quantité d'eau à ébullition dans la casserole et faites cuire les **tagliatelle** 4 à 6 minutes à couvert. Ensuite, égouttez-les et réservez-les sans couvercle.



5 COUPER ET MÉLANGER

Détachez les **feuilles de basilic** des brins et ciselez-les. Lors des 5 dernières minutes, ajoutez $\frac{3}{4}$ du **basilic** aux **tomates cerises** et mélangez bien. Salez et poivrez la sauce.



6 SERVIR

Servez les **tagliatelle** et versez la sauce par-dessus. Garnissez le tout avec le **grana padano** et le reste du **basilic**. Arrosez d'un filet d'huile d'olive vierge extra si vous le souhaitez.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Oignon (pc) *	½	1	1½	2	2½	3
Tomates cerises jaunes et orange (g) *	300	600	900	1200	1500	1800
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Tagliatelle fraîches (g) 1) 3) *	125	250	375	500	625	750
Basilic frais (g) *	2½	5	7½	10	12½	15
Grana padano râpé (g) 3) 7) *	15	25	40	50	65	75

À ajouter vous-même

Huile d'olive (cs)	1	2	3	4	5	6
Vinaigre balsamique noir (cc)	1	2	3	4	5	6
Cassonade brune (cc)	1	2	3	4	5	6
Huile d'olive vierge extra	Au goût					
Poivre et sel	Au goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	2734 / 657	534 / 128
Lipides total (g)	21	4
Dont saturés (g)	4,9	1,0
Glucides (g)	89	17
Dont sucres (g)	21,1	4,1
Fibres (g)	9	2
Protéines (g)	21	4
Sel (g)	0,3	0,1

ALLERGÈNES

1) Céréales contenant du gluten 3) Œufs 7) Lait/lactose

CONSEIL : Grâce aux tomates cerises et à l'oignon, ce plat contient plus de légumes que les apports quotidiens recommandés, qui sont de 300 grammes en Belgique.

Une question ? Nous sommes disponibles 7j/7 pour y répondre : n'hésitez pas à nous contacter !