



Tagliatelle avec choux de Bruxelles au citron vert

Valeurs nutritives par personne: protéines 22 g, lipides 27 g, glucides 76 g, 650 kcal

Pas fan de chou? À base de crème, d'ail et de citron vert, cette sauce vous convertira: elle fait merveille avec les choux de Bruxelles dans ce plat vite fait.

Ingrédients

Plat principal

Pour 4 personnes

- 2 citrons verts
- 2 gousses d'ail
- 500 g de choux de Bruxelles
- 2 cs de beurre
- 2 dl de bouillon de légumes
- 200 g de crème fraîche
- 400 g de tagliatelle
- sel
- poivre rose

À vos tabliers!

Préparation: env. 25 minutes

Râper finement un peu du zeste de la moitié des citrons verts puis en exprimer le jus. Couper le reste des citrons verts en quartiers et les réserver.

Hacher finement l'ail. Détailler les choux de Bruxelles en tranches sur une mandoline.

Les faire revenir dans le beurre avec l'ail. Mouiller avec le bouillon et faire mijoter 1-2 min. Incorporer la crème fraîche, le zeste et le jus du citron vert.

Entre-temps, cuire les pâtes al dente dans de l'eau salée. Les mélanger avec les choux de Bruxelles et dresser. Parsemer de poivre rose et servir avec les quartiers de citron vert.

Recette: Andrea Pistorius

Source: <https://migusto.migros.ch/fr/recettes/tagliatelle-avec-choux-de-bruxelles-au-citron-vert>

Le p'tit truc

- Si les choux de Bruxelles sont de petit calibre, ne pas les trancher à la mandoline, seulement les couper en deux.