

Pennes aux chicons et Roquefort

➤ Ingrédients ➤

Pour une personne

- 2 chicons
- 25 g de Roquefort
- sel et poivre
- 100 g de penne
- Crème
- cerneaux de noix
ou noisettes



30 min

- Retirez éventuellement la feuille externe de chaque chicon si elles sont abîmées. Ensuite coupez le chicon en deux sur la longueur et retirez la partie dure afin que cela ne soit pas amer.
- Détaillez le chicon en lanières.
- Faites chauffer un peu d'huile dans un poêlon et faites revenir le chicon. Couvrez afin que cela n'accroche pas. Eventuellement, ajoutez un tout petit fond d'eau si besoin.
- Faites chauffer l'eau pour les pâtes (n'oubliez pas de mettre le couvercle pour que cela chauffe plus vite et que vous économisiez de l'énergie).
- Coupez le roquefort en petits morceaux.
- Après 15 minutes de cuisson du chicon, ajoutez le roquefort et poivrez (pas de sel car le roquefort est déjà très salé)
- Faites cuire les pâtes quand l'eau a bouilli.
- Prolongez la cuisson du chicon pendant 5 minutes.
- Ajoutez la crème dans le mélange chicon et roquefort et laissez faire un petit bouillon puis coupez le feu.
- Une fois les pâtes cuites, versez-les dans le poêlon afin que la sauce se mélange bien aux pâtes.
- Servez éventuellement avec quelques morceaux de noix ou de noisettes au-dessus.

Petite astuce :

- Prévoyez des penne complètes (meilleures pour la santé)

