

Pâtes sauce aux courgettes

- 2 tasses de pâtes ou 225 g (semoule de blé dur) 11 minutes cuisson et +
- 1 T 1/2 d'eau
- 1 livre de poitrine de poulet en cubes
- paprika
- 1 oignon jaune
- 3 petites courgettes coupées en cube
- 2 gousses d'ail
- 1 tasse compacte de basilic
- poivre, sel
- 1 c. à table de bovril poulet
- 1/2 tasse de parmesan
- 1/4 tasse de crème 35%
- 1 c. à table de beurre

Instructions

- Remplir de pâtes la base de l'Intelli-Multicuiser à 1/2 centimètre sous la ligne où va le bol étuveur.
- Mettre 1 T 1/2 d'eau et ajouter 1 c. à thé de sel.
- Saler et poivrer généreusement le poulet et recouvrir de paprika. Mélanger.
- Mettre les cubes de poulet dans le bol étuveur. Hacher l'oignon à l'aide de l'Extra-chef et le déposer sur le poulet.
- Mettre les courgettes dans la passoire.
- Superposer et cuire 15 minutes à high. Laisser reposer 5 minutes sans ouvrir.
- Mélanger le poulet et les pâtes.
- Dans l'Extra-chef, hacher l'ail, le basilic, le parmesan. Ajouter et mélanger avec le bovril et le poivre. Mélanger aux pâtes.
- Hacher les courgettes et ajouter aux pâtes.
- Incorporer le beurre et la crème et bien mélanger. Servir.