



PÂTE À LA SAUCE BETTRAVE CRÉMEUSE – 4 PERS.

INGRÉDIENTS

- 4 bettraves cuites
- 200g de noix de cajou
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche
- 2 gousses d'ail
- 80g de parmesan râpé
- 80g de fromage râpé (parmesan, gruyère...)
- Environ 400g pâtes
- Sel, poivre

USTENSILES

- Economiseur, couteau, planche à découper
- Cuisson vapeur ou casserole, égouttoir
- Un mixeur
- Cuillère à soupe

TEMPS DE PRÉPARATION

Avant l'atelier :

- Cuisson : 45 minutes

Pendant l'atelier :

- Préparation : 30 minutes

MÉTHODE

Faire cuire les pâtes comme indiqué sur le paquet. Couper les betteraves en quartier. Placer dans un mixeur.

Prélever quatre cuillères à soupe d'eau de cuisson des pâtes, nous l'utiliserons pour la sauce.

Ajouter, dans le mixeur, les noix de cajou, l'ail, la crème fraîche, le sel et poivre. Ajouter l'eau de cuisson des pâtes. Mixer jusqu'à obtenir une consistance lisse.

Verser la sauce sur les pâtes et mélanger le tout.

Servez avec du parmesan.