



Sauce aux petits pois & roquette

Je fais comment ?

1. Faites fondre la noix de beurre dans une poêle à feu doux. Emincez l'oignon. Faites-le revenir doucement dans le beurre, puis ajoutez les petits pois. Remuez et laissez cuire 2 à 3 mn, puis ajoutez le bouillon de légumes et poursuivez la cuisson pendant 5 mn.

2. Ajoutez la roquette et laissez cuire encore pendant 1 mn. Mixez le mélange petits pois/roquette afin d'obtenir une purée assez fine. Puis, ajoutez l'huile d'olive, du poivre du moulin, du sel et mélangez. Ajoutez la crème liquide jusqu'à obtenir une sauce onctueuse. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et versez cette sauce sur des pâtes fraîches

Source : Aude - Le 21 avril 2007 -
 Recette proposée par le magazine SAVEURS - Le magazine de l'art de vivre gourmand
 - N°153 - Avril- Mai 2007-

Ingrédients

- 150g de roquette
- 300g de petits pois
- 1 oignon nouveau
- 20 cl de bouillon de légumes
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 50 cl de crème de soja liquide
- 1 noix de beurre
- Sel & poivre

Préparation : 10 mn

Cuisson : 10 mn

4 personnes

Le magazine propose 3 déclinaisons de sauces merveilleuses pour accompagner vos pâtes fraîches. Celle-ci est fine et agréablement parfumée. Un vrai délice !