

## PÂTES AU POULET À L'ITALIENNE DANS UNE SAUCE CRÉMEUSE

**Ingrédients :** pour 4 portions

- 2 tasses (180 g) rotinis aux légumes
- 1 c. à soupe (15 ml) huile de canola
- 4 poitrines de poulet sans peau, désossées et coupées en lanières (*mis 4 suprêmes*)
- 1 oignon moyen, haché
- 1 boîte (10 oz/284 ml) soupe condensée crème de champignons
- ½ tasse (125 ml) lait
- 1 c. à thé (5 ml) feuilles d'origan séché
- ½ tasse (60 g) de courgettes hachées
- ½ tasse (65 g) de céleri haché
- ½ tasse (65 g) d'asperges tranchées en petits tronçons
- ½ barquette (112 g) de champignons de Paris tranchés en lamelles
- 1/3 tasse (83 g) de fromage à la crème tempéré
- Sel et poivre

**Préparation :**

1. Cuire les rotinis selon le mode d'emploi sur l'emballage. Égoutter et réserver. (Garder un peu d'eau de cuisson en réserve pour ajuster la consistance de la sauce en fin de préparation.)
2. Faire chauffer l'huile à feu mi-vif, dans une grande poêle. Faire revenir le poulet jusqu'à ce qu'il soit doré de tous les côtés, en remuant souvent. Retirer le poulet et réserver.
3. Mettre l'oignon, les courgettes, le céleri, les asperges et les champignons dans la poêle et faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient attendris. Ajouter un peu d'huile si nécessaire.
4. Incorporer ensuite la soupe, le lait et l'origan (mélangés au préalable). Porter à ébullition, en remuant souvent.
5. Remettre le poulet dans la poêle et baisser le feu à « doux ».
6. Laisser mijoter, à couvert, jusqu'à ce que le poulet soit bien cuit - pendant environ 5 minutes, en remuant de temps à autre.
7. **Incorporer les pâtes et le fromage ;** bien faire chauffer le tout en mélangeant.
8. Ajouter de l'eau de cuisson des pâtes si nécessaire pour ajuster la consistance de la sauce.
9. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire et servir.

**Source :** variante d'une recette Campbell's

<https://www.cookwithcampbells.ca/fr/recipe/ptes-au-poulet-litalienne-dans-une-sauce-crmeuse/>

«La fille de l'anse aux coques », Maripel, le jeudi 20 juillet 2023

<https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2023/07/pates-au-poulet-litalienne-dans-une.html>