

PÂTES CRÉMEUSES AUX POIVRONS GRILLÉS À BASE DE FROMAGE COTTAGE

Ingrédients : pour 4 portions

Pour la sauce crémeuse aux poivrons grillés

- 3 c. à soupe (45 ml) d'huile d'olive
- 1 oignon rouge, haché
- 1 gousse d'ail, hachée finement
- 1 c. à thé (5 ml) d'origan séché
- $\frac{1}{2}$ c. à thé (2.5 ml) de basilic séché (*mon ajout pour remplacer le basilic frais*)
- 1 c. à thé (5 ml) de paprika fumé
- $\frac{1}{4}$ c. à thé (1 ml) de flocons de piments forts (*facultatif / mis une pincée*)
- $\frac{3}{4}$ tasse (180 ml) de bouillon de légumes(ou de poulet)
- 1 pot de 500 ml de poivrons rouges rôtis, rincés et égouttés
- $\frac{3}{4}$ tasse (180 ml) de fromage cottage
- $\frac{1}{2}$ c. à thé (2.5 ml) de sel

Pour les pâtes

- 1 lb (454 g) de pâtes courtes de type mezzi rigatoni (ou une pâte courte de son choix / *torglioni pour moi / mis moins, 3 $\frac{1}{2}$ tasse / 306 g*)
- Fromage pecorino romano, pour garnir (*parmesan*)
- Basilic, frais et haché, pour la garniture (*persil plat*)

Préparation :

1. Dans une grande poêle à feu moyen, faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive en remuant régulièrement jusqu'à ce qu'il devienne translucide.
2. Ajouter l'ail, l'origan, *le basilic séché*, le paprika fumé et les flocons de piments forts. Poursuivre la cuisson 2 minutes.
3. Déglacer avec le bouillon de légumes. Poursuivre la cuisson 2 minutes.
4. Dans le bol du mélangeur, verser la préparation aux oignons. Ajouter les poivrons rôtis, le fromage cottage et le sel. Broyer jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et crémeuse. Réserver.
5. Dans une casserole d'eau bouillante salée, cuire les pâtes selon le temps de cuisson indiqué sur l'emballage. Prélever $\frac{3}{4}$ tasse (180 ml) d'eau de cuisson.
6. Égoutter les pâtes et les remettre dans la casserole. Mélanger les pâtes avec la sauce crémeuse aux poivrons rôtis et avec l'eau de cuisson, au besoin.
7. Garnir de fromage pecorino romano et de basilic frais (*persil plat*).

Le truc science et fourchette :

Le secret (pas si secret) est dans la sauce ! Le fromage cottage, en plus de bonifier le contenu en protéines, rend aussi la sauce ultra riche et onctueuse ! C'est un truc à découvrir qui deviendra un incontournable !

Source : Journal de Montréal

<https://www.journaldemontreal.com/2023/02/17/pates-cremeuses-aux-poivrons-grilles-a-bas-e-de-fromage-cottage>

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le mardi 27 février 2024

<https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2024/02/pates-cremeuses-aux-poivrons-grilles.html>