



Poulet aux champignons avec dés de potiron rôtis



10 personnes



Ingrediënten

- 10 filets de poulet aux champignons
- 600 g de pâtes à l'épeautre
- 1,5 kg de potiron
- 50 g graines de courges
- 2 dl de mayonnaise
- 1 dl de yaourt
- Le zeste d'½ citron vert
- épices spaghetti
- ¼ de botte de persil
- Huile d'olive
- Sel & poivre

Bereiding

Faites cuire les filets de poulet aux champignons (art. 301) au four (10 min. à 200°C), à la friteuse (4 min. à 175°C) ou à la poêle (2 x 4 min.).

Lavez le potiron et coupez-en des tranches. Faites-les cuire dans un peu huile d'olive et assaisonnez de sel et de poivre. Faites-cuire ensuite le potiron dans un four à 180°C pendant ± 5 minutes.

Faites griller les graines de courges dans une poêle et laissez refroidir.

Mélangez la mayonnaise avec le yaourt et le zeste de citron vert. Salez et poivrez.

Faites cuire les pâtes à l'épeautre al dente à l'anglaise. égouttez et ajoutez un peu d'huile d'olive et d'épices spaghetti.
Hachez le persil et ajoutez-le aux pâtes.

Dressez le plat sur une assiette et nappez les dés de potiron de mayonnaise au citron vert.

Décorez de graines de courges.

Bon appétit !

Meer lekkere recepten op Volys.be!

Volys - Oudstrijderslaan 11, B-8860 Lendeledede, Belgie

Tel: (32) (0)51 335020 - Fax: (32) (0)51 314815 - www.volys.be - info@volys.be