



## ***Pâtes crémeuses au poulet à l'ail et aux épinards***

[PÂTES](#) - [RECETTES](#) - [REPAS](#) - [VOLAILLES](#)



NOMBRE DE PORTION : 6

---

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

---

TEMPS DE CUISSON : 19-21 MIN

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

---

CONGÉLATION: NON

## Ingrédients

---

- 1 boîte de spaghetti (fettucine, penne au choix)
- 1/8 tasse d'huile
- 2 poitrines de poulet coupées en cube
- 1 oignon haché finement
- 5-6 gousses d'ail hachées finement
- 1/2 tasse de fromage à la crème
- 1/2 tasse de crème (15% ou 35% au goût)
- 2/3 tasse de tomates en dés
- 2 tasses d'épinards hachés
- Sel et poivre
- Parmesan au goût

## Préparation

---

1. Mettre les pâtes à cuire dans de l'eau salée.
2. Pendant ce temps, mettre l'huile dans une grande poêle et faire cuire les oignons, l'ail et le poulet. Cuire jusqu'à tant que le poulet soit bien grillé.
3. Ajouter le fromage à la crème, la crème et les tomates. Porter à ébullition, baisser ensuite le feu à moyen et faire mijoter jusqu'à l'obtention d'un mélange crémeux.
4. Ajouter les épinards et cuire 1-2 minutes jusqu'à ce que les épinards tombent.
5. Saler et poivrer généreusement.
6. Égoutter les pâtes et les ajouter au mélange. Bien enrober les pâtes.

7. Servir avec du parmesan au goût!