

Temps de cuisson :40 minutes

Temps de préparation : 5 minutes

Degré de difficulté : facile

2 portions



Pâtes de patates douces à l'arrabiata

Ingrédients :

- 1 c. à soupe huile d'olive
- 1 tasse d'oignon, finement haché
- 4 gousses d'ail, finement hachées
- ½ tasse de vin rouge (je recommande un pinot noir)
- 1 c. à table sucre granulé
- 1 c. à table basilic frais
- 1 c. à table flocons de chili
- 2 c. à table pâte de tomate
- 1 c. à table jus de citron
- ½ c. à table thym sec
- ½ c. à table poivre moulu
- 1 ½ tasse de tomates en dés en conserve
- 2 c. à table persil frais, haché
- 2 patates douces, pelées et coupées en spirales
- Fromage feta (quantité au goût)

Étapes :

1. Faire revenir l'oignon, l'ail et l'huile d'olive dans une poêle à feu moyen jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.
2. Ajouter le vin rouge pour déglacer la poêle et ajouter le reste des ingrédients (sauf les patates douces, le fromage feta et le persil).
3. Laisser mijoter à couvert pendant 30-40 minutes.
4. Blanchir les patates douces spiralisées dans l'eau bouillante pendant 30-40 secondes.
5. Égoutter les patates douces et faites-les sauter dans la poêle avec votre sauce à feu doux tout en remuant jusqu'à ce que vos pâtes soient complètement recouvertes de sauce.

6. Retirer du feu et placer le tout dans des assiettes.
7. Garnir vos pâtes de fromage feta et de persil frais de pour la décoration.

<http://cinqfourchettes.com/2018/07/pates-vegetariennes-fait-maison.html>