

Soupe au poulet rôti, lasagne et ail

- Cette soupe-repas au poulet rôti, lasagne et ail est vraiment parfaite!



PRÉPARATION
10 MIN

CUISSON
35 MIN

TEMPS TOTAL
45 MIN

PORTIONS
5-6

Ingrédients :

- 1/2 tasse (125 ml) de gousses d'ail rôties (voir étape 1)
- 2 tasses (500 ml) de **sauce Alfredo**
- 1.25 lb (560 g) de poitrines de poulet coupés en morceaux
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et 1 cuillère à soupe de farine
- 3 cuillères à soupe de beurre
- 1/2 tasse (125 ml) de champignons tranchés
- 1/2 tasse (125 ml) d'oignons émincés
- 4 tasses (1 litre) de **bouillon de poulet**
- 2 tasses (500 ml) de crème 10 %
- 1 cuillère à thé de poudre d'ail
- 1 cuillère à thé de basilic séché
- 1 cuillère à thé d'**épices italiennes**
- 1/4 de cuillère à thé de muscade
- 1/4 de cuillère à thé de flocons de poivre de cayenne
- 1/2 tasse (125 ml) de fromage Parmesan râpé
- 10 nouilles de lasagne brisées en morceaux (cuit)
- 2 cuillères à soupe de persil frais haché

Préparation :

1. Badigeonner 5 ou 6 têtes d'ail avec de l'huile, saler, poivrer et faire rôtir sur une plaque pendant 45 minutes à 375 °F (190 °C). Conserver 1/2 tasse.
2. Dans votre mélangeur, ajouter la sauce Alfredo et l'ail et mélanger jusqu'à ce que ça soit homogène.

3. Dans un grand chaudron, faites chauffer l'huile et ajouter le poulet. Faire cuire pendant 4 à 6 minutes de chaque côté ou jusqu'à ce qu'il soit cuit. Assaisonner de sel et de poivre. Mettre de côté.
4. Ajouter 1 cuillère à soupe beurre et faites sauter les champignons pendant 5 à 6 minutes. Mettre de côté avec le poulet.
5. Ajouter le restant du beurre et ajouter les oignons. Faire revenir.
6. Ajouter la farine par-dessus les oignons et faire cuire pendant 1 minute.
7. Ajouter le bouillon de poulet et bien fouetter. Ajouter la crème et bien mélanger.
8. Ajouter le mélange de sauce Alfredo et d'ail.
9. Ajouter les épices.
10. Porter à ébullition, réduire et laisser mijoter pendant 10 minutes.
11. Ajouter le fromage, le poulet, les champignons et le persil. Rectifier l'assaisonnement au besoin.
12. Ajouter les nouilles cuites.
13. Faites réchauffer.
14. Servir!

“

Voici une recette que j'aime vraiment beaucoup... C'est une soupe-repas, goûteuse, nourrissante et super facile à faire.. C'est parfait pour les midis pressés. À découvrir :)

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)

