

Farfalle aux boulettes de saucisse, tomates séchées au soleil et roquette

Pour 4 personnes | Temps d'activité : 20 minutes | Temps total : 35 minutes

La recette peut s'adapter à l'infini - allégez-la en utilisant de la saucisse de dinde, remplacez la roquette par des feuilles de pissenlit hachées, de la scarole ou du chou frisé, ou utilisez des poivrons rouges grillés en pot au lieu des tomates séchées au soleil.

8 onces de saucisses de porc italiennes sucrée en vrac
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
12 onces de pâtes farfalles sèches (non cuites)
2 tasses de bouillon de poulet maison ou de bouillon du commerce faible en sodium
1 petit oignon jaune, coupé en deux dans le sens de la longueur et tranché finement à l'extrémité de la racine (environ 1 tasse)
½ tasse de tomates séchées au soleil emballées dans l'huile, égouttées et hachées
4 gousses d'ail moyennes, tranchées finement
1 cuillère à café de graines de fenouil
1 cuillère à café d'assaisonnement italien séché
Sel et poivre
2 tasses de feuilles de roquette miniatures en vrac
½ tasse de fromage pecorino romano râpé.



1 Façonner la saucisse en boulettes d'environ 1 cuillère à soupe chacune - pas besoin de les rouler en sphères parfaites (rustique, c'est bien). Mettre l'huile dans la casserole, sélectionner SAUTÉ, NORMALE/MÉDIUM. Lorsque l'huile est chaude, ajouter les morceaux de saucisse et les faire cuire sans remuer pendant quelques minutes. Remuer doucement et cuire jusqu'à ce qu'ils soient dorés d'un deuxième côté ; il n'est pas nécessaire de les cuire à fond, car ils finiront de cuire avec les pâtes. Appuyez sur CANCEL.



2 VERSER toutes les matières grasses dans la casserole, sauf une cuillère à soupe. Ajouter les pâtes, le bouillon, l'oignon, les tomates séchées au soleil, l'ail, les graines de fenouil, l'assaisonnement italien, ½ c. à thé de sel, plusieurs grains de poivre, et 1 tasse d'eau froide. Remuer pour combiner.

3 Verrouiller le couvercle, sélectionner la fonction MANUAL/PRESSURE COOK et régler sur BASSE pression pendant 6 minutes.

4 Lorsque le temps de cuisson est écoulé, relâchez rapidement la pression. Retirer le couvercle, remuer et laisser reposer les pâtes dans la casserole, à découvert, pendant quelques minutes pour permettre à la sauce d'épaissir. Ajouter la roquette et le fromage et remuer pour bien mélanger. Saler et poivre.

Traduit de : Manning, Ivy Instant pot italian