

metro



Poulet et nouilles express

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote

4 PORTIONS | 0:15 PRÉPARATION | 0:10 CUISSON | 0:25 TEMPS TOTAL

Ingrédients

30 ml Huile d'olive
(2 c. à soupe)

500 ml Mélange de légumes (courgettes, poivrons
(2 tasses) tranchés et pois, par exemple)

2 Gousses d'ail, hachées

500 ml Poulet cuit, coupé en cubes
(2 tasses)

284 ml Soupe condensée crème de poulet ou crème
de champignons Campbell's

250 ml Lait
(1 tasse)

1 L Nouilles aux oeufs moyennes, cuites al dente
(4 tasses) et égouttées

Préparation

Faire chauffer l'huile d'olive dans une grande poêle à feu moyen.

Ajouter le mélange de légumes et l'ail.

Faire sauter de 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient mi-tendres, mi-croquants.

Incorporer le poulet, la soupe et le lait; porter à faible ébullition.

Faire cuire, en remuant, de 3 à 5 minutes ou jusqu'à ce que le poulet soit bien chaud.

Incorporer les nouilles, le parmesan, le jus de citron et le poivre; ramener à faible ébullition.

Retirer du feu et incorporer le persil.

Conseil Remplacez les légumes de la recette par vos préférés, comme du brocoli et des carottes ou du chou frisé et du maïs. Pour accélérer le processus en semaine, remplacez le mélange de légumes frais par des légumes surgelés.

Source : Campbell

Accords vins et mets

Fruité et léger

80 ml Parmesan râpé
(1/3 tasse)

30 ml Jus de citron
(2 c. à soupe)

1 ml Poivre noir moulu
(1/4 c. à thé)

30 ml Persil frais, haché fin
(2 c. à soupe)



Ces vins légers se reconnaissent à leurs arômes simples de fruits, leur sensation de fraîcheur et leur structure peu imposante. Ils doivent être consommés dans leur jeunesse.

© Société des alcools du Québec, 2007

Accords bières et mets



Franche et houblonnée

Appréciée pour son amertume. Un goût léger à moyen, houblonné, avec une amertume prononcée.

Mentions légales

Metro Richelieu inc., ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
