

# zeste

## Spaghetti au poulet, citron, parmesan et persil

par NICI WICKES

Quantité : **4 portions** (1) [Évaluer cette recette](#)

Durée totale : **25 min**

Préparation **10 min**

Cuisson **15 min**



### Préparation

1. Porter de l'eau salée à ébullition dans une casserole. Ajouter les spaghettis dans l'eau bouillante et cuire selon les instructions de l'emballage pour une cuisson al dente.
2. Chauffer l'huile d'olive (pour la cuisson) dans une poêle à feu moyen-vif. Ajouter le poulet. Faire dorer un premier côté, retourner et continuer la cuisson jusqu'à ce qu'il soit bien cuit, environ 2 minutes. Réserver.
3. Combiner l'huile d'olive et le jus de citron et fouetter pour bien les mélanger. Ajouter le persil, le parmesan, le sel et le poivre. Fouetter jusqu'à ce que le mélange soit crémeux.
4. Égoutter les pâtes. Ajouter le poulet et la sauce, bien mélanger pour enrober les pâtes. Servir aussitôt.

PUBLICITÉ

### Ingrédients

200 g (7 oz) de spaghettis (poids avant la cuisson)

20 ml (4 c. à thé) d'huile d'olive, pour la cuisson

335 g (12 oz) de filets de poulet (ou de tranches de poitrines de poulet)

85 ml (1/3 tasse) d'une bonne huile d'olive

45 ml (3 c. à soupe) de jus de citron (ou plus, au goût)

85 ml (1/3 tasse) de persil italien haché

165 ml (2/3 tasse) de parmesan râpé

Sel et poivre fraîchement moulu

PUBLICITÉ

### Les indispensables

Proposé par

**Starfrit**



**The Rock Ensemble 8 pièces**

**139.99 \$**

Acheter



**Râpe à main - Zesteur**

**12.99 \$**

Acheter

**LocknLock Easy Match Contenant 1,2L/41oz**

**6.99 \$**

Acheter



**Planche à découper antibactérienne (10" x 6")**

**5.49 \$**

Acheter

---

Découvrez les produits Starfrit