

SPAGHETTIS CREVETTES AU PESTO

Mardi 15 Décembre 2020

Un classique :

Spaghettis crevettes au pesto pour 2 personnes et 5 sp vert ☐
-4 spl bleu☐-1 spv violet☐ par part

*-60 g de spaghettis complets crus **

*-200 g de crevettes roses cuites décortiquées**

-1 cuillerée à soupe de pesto au basilic

Cuire à l'eau bouillante salée les pâtes selon le temps indiqué sur le paquet, les égoutter et les verser dans une sauteuse avec un peu d'eau de cuisson.

Rajouter les crevettes et le pesto et bien mélanger.

Réchauffer quelques minutes

Servir bien chaud



Un plat rapide et tout simple à réaliser et toujours apprécié.

Pour le repas : salade de macédoine à la mayonnaise allégée (1 sp vert bleu violet □□□) -spaghettis crevettes au pesto (5 sp vert □ -4 spl bleu □-1 spv violet□) -100 g de skyr 0% (1 sp vert □ -0 spl bleu □ -0spv violet□) -100 g de compote sans sucre ajouté (0 sp vert bleu violet□□□). Total : 7sp vert □ -5 spl bleu□ -2 spv violet□

Très bonne journée

Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr

Tous droits réservés