

# MACARONIS AU CHORIZO ET OLIVES

Lundi 08 Juillet  
2019

Pour accompagner une viande ou un poisson blanc :

**Macaronis au chorizo et olives pour 2 personnes et 7pp-7sp par part**

- 60 g de macaronis crus \*
- 25 g de fines tranches de chorizo
- 30 g d'olives vertes dénoyautées
- 30 g de gruyère râpé allégé
- 5 g de beurre à 41 %

Cuire les pâtes selon la notice, les égoutter et les répartir dans 2 ramequins légèrement beurrés

Préchauffer le four 180 ° (th 6)

Rajouter le chorizo effeuillé, les olives coupées en tranches

Saupoudrer de gruyère et enfourner 15 minutes



Servir aussitôt



Rien de bien difficile et rapide à préparer

Pour le repas du soir : radis à la croque au sel  
(0pp-0sp) -1 tranche de jambon de poulet (1pp-0spl) -macaronis  
au chorizo et  
olives (7pp-7sp)-1 yaourt chèvre 0% (1pp-0spl)-1pêche  
(0pp-0sp). Total :  
9pp-7spl

Très bon début de semaine

**Lilou 3158 :**  
**blog cuisine contrôlée by lilou light.fr**

**Tous droits  
réservés**