

Conchiglionis gratinés à la crème d'asperges et petits pois



“ Une excellente recette de pâtes à la chlorophylle ! ”

Les Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 500 g d'[asperges vertes](#)
- 350 g de [petits pois](#) frais écosés
- 1 gros [oignon](#) nouveau
- 500 g de grosses pâtes striées (pennes rigate, rigatoni, tortiglioni...)
- 75 ml de crème liquide
- 100 g de comté
- 100 g de parmesan
- Eau
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Faites cuire les pâtes pendant 5 minutes. Rincez-les à l'eau froide pour stopper immédiatement la cuisson. Ajoutez un filet d'huile d'olive puis réservez.

Équeutez les asperges. Épluchez l'oignon puis émincez-le.

Dans une grande poêle anti-adhésive, faites dorer le ½ oignon haché dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez les asperges équeutées. Ajoutez un fond d'eau. Couvrez, réduisez le feu. Faites cuire à feu doux le temps que les asperges s'attendrissent. Prélevez les têtes d'asperges en prenant soin de les réserver. Mixer le reste des asperges avec l'eau de cuisson et l'oignon. Ajoutez la crème. Assaisonnez. Réservez. Dans cette même poêle faites dorer le reste des oignons. Ajoutez les petits pois. Couvrez et puis faites cuire 7 à 10 minutes à feu doux dans un fond d'eau. Assaisonnez puis réservez.

Déposez les pâtes dans un plat à gratin. Versez la crème d'asperges et les petits pois. Râpez les fromages. Assaisonnez. Arrosez d'un filet d'huile d'olive. Enfournez 10 à 20 minutes à découvert dans le bas du four à 210-220°C. Servez en décorant des têtes d'asperges.

Dégustez !

Et Que Dire De Plus ?

→ Une recette publiée en juin 2010 sur mon ancien blog !

© Les Papilles Estomaquées... 2015

<http://papillesestomaquees.fr/conchiglionis-gratines-a-la-creme-dasperges-et-petits-pois/>