

Pâtes au chou-rave et aux féveroles



“ Une recette découverte avec [Manue](#) en feuilletant ses nombreux livres de recettes ! J’y ai ajouté des féveroles du jardin et de la ciboulette. Les féveroles sont de petites fèves qui servent d’engrais vert au jardin. Elles sont excellentes. On les cueille et on fauche les plants que nous laissons en paillage sur la terre des courges. Sinon, pour ceux et celles qui se posent la question... je n’ai toujours pas réglé mon soucis de newsletter. ”

Les Ingrédients :

Pour 2 personnes :

- 250 g de linguinis
- 1 gros [chou-rave](#)
- 1 poignée de [féveroles](#) (ou fèves... facultatif)
- 1 petite poignée de [ciboulette](#)
- 200 ml de crème fraîche épaisse
- Piment d’Espelette
- Huile d’olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Écossez les féveroles (ou fèves).

Épluchez le morceau de chou-rave. Coupez-le en lanières que vous ferez dorer quelques minutes dans une grande poêle avec les féveroles (ou fèves). Ajoutez un demi verre d’eau. Laissez cuire à découvert le temps que l’eau s’évapore. Si les languettes de chou-rave sont trop croquantes à votre goût, rajoutez de l’eau et poursuivez la cuisson.

Pendant ce temps, faites cuire les linguinis *al dente*.

Ajoutez la crème au chou-rave puis assaisonnez.

Ajoutez les pâtes cuites et égouttées à la sauce. Rectifiez l’assaisonnement. Mélangez.

Ciselez la ciboulette avant de servir.

Dégustez !

Et Que Dire De Plus ?

→ La recette a été inspirée de celle retrouvée dans le livre intitulé : [Légumes et fruits oubliés](#) par Bérengère Abraham et Valérie L’Homme aux Éditions Larousse en 2011.

→ Remplacer les féveroles ou fèves par des petits pois.