



Extra!

+ Tartare

## Pâtes au jambon et petits pois

**8** par personne → 10 minutes  
de préparation → 10 à 12  
minutes de cuisson → Pour 2 personnes

80 g de pâtes complètes, type fusilli

2 cc d'huile

½ oignon finement émincé

100 g de petits pois surgelés

1 poignée de feuilles de menthe fraîche hachées

70 g de talon de jambon blanc, dégraissé, découenné, coupé en cubes

50 g de crème épaisse allégée à 5 %

20 g de parmesan râpé

1 poignée de cresson

**1** Faites cuire les pâtes selon les instructions du paquet. Égouttez-les et réservez 50 millilitres d'eau de cuisson.

**2** Faites chauffer l'huile dans une sauteuse antiadhésive et ajoutez l'oignon. Faites revenir jusqu'à ce qu'il soit tendre mais pas coloré. Ajoutez ensuite les petits pois et un peu d'eau. Remuez bien et laissez cuire quelques minutes. Ajoutez la menthe hachée, le jambon et la crème. Incorporez les pâtes cuites et l'eau de cuisson réservée. Mélangez et répartissez la préparation dans 2 assiettes creuses. Avant de servir, parsemez de parmesan râpé et ajoutez le cresson. Salez et poivrez.

**Astuce** Ce plat peut aussi se déguster froid. S'il vous en reste, cela pourra constituer un délicieux déjeuner à emporter, sain et équilibré.