

Tagliatelles sauce poivrons Dietpassion

Ingrédients pour 4 personnes :

- 250g de tagliatelles
- 1 oignon
- 200g de coulis de tomate
- 400g de poivrons jaunes et rouges
- 2 càs de crème fraîche
- 1 càc d'huile d'olive
- 2 pincées d'origan
- Sel et poivre

Recette

- ☀ Dans une casserole, faire chauffer l'huile d'olive et y faire revenir l'oignon émincé pendant 3 minutes environ.
 - ☀ Ajouter le coulis de tomate, et les poivrons coupés en petits dés, le sel, le poivre, l'origan et laisser cuire 30 minutes à feu moyen.
 - ☀ Pendant ce temps, faire cuire les pâtes en suivant le temps de cuisson indiqué sur le paquet.
 - ☀ Ajouter la crème fraîche aux poivrons puis mixer à l'aide d'un mixeur plongeur et laisser cuire encore 2 minutes.
 - ☀ Servir les pâtes avec la sauce au poivrons.
 - ☀ C'est prêt !
- ☀ Bonne dégustation !

