

PENNES FACON RISOTTO AUX FEVES ET AUX COURGETTES

Facile	Coût faible
Préparation : 25 minutes	Cuisson : 30 minutes
Pour 4 personnes	3 casseroles et une sauteuse

Ingrédients :

250 gr de pennes
60 cl de bouillon (ou 60 cl d'eau avec un bouillon cube)
2 oignons
400 gr de fèves
3 courgettes
12 tomates séchées
150 gr de feta coupée en cubes
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
Sel, poivre
Basilic

Préparation :

- 1 - Ecosser les fèves. Porter une casserole d'eau salée à ébullition. Plonger les fèves quelques secondes puis égoutter-les puis les mettre dans l'eau glacée. Retirer la fine peau les recouvrant et garder-les dans l'eau froide afin qu'elles ne se dessèchent pas.
- 2 - Eplucher et émincer les oignons puis les faire revenir dans une casserole 2 minutes à l'huile d'olive.
- 3 - Faire chauffer le bouillon dans une casserole ou l'eau avec 1 bouillon cube.
- 4 - Ajouter les pâtes (cruës) aux oignons et bien mélanger pendant 1 minutes, ajoutez ensuite le bouillon (très chaud) et remuer.
- 5 - Baisser le feu et laisser cuire les pâtes pendant environ 20 minutes, le temps qu'elles absorbent le bouillon et remuer fréquemment.
- 6 - Pendant ce temps, faire revenir les courgettes coupées en dés et les fèves dans de l'huile d'olive ; saler et poivrer.
- 7 - Une fois les pâtes cuites et le bouillon absorbé, ajouter les courgettes cuites et les fèves. Bien mélanger et laisser reposer à couvert, à feu doux 5 minutes.
- 8 - En attendant, couper les tomates séchées en petites lanières, la feta en dés et ciseler le basilic.
- 9 - Servir le plat bien chaud, saupoudré de tomates séchées, feta et basilic.