

Spaghettis de courgettes et sa sauce fines herbes



Ingrédients :

5 ou 6 courgettes

Une boîte de fromage frais à l'ail et aux fines herbes (type Tartare ou Boursin)

Un petit pot de fromage blanc

2 grosses cuillerées de pesto(*) (j'en avais du tout prêt),

Le zeste d'un citron,

Sel et poivre.

- 🍷 Mettre une grande quantité d'eau à bouillir avec un peu de sel.
 - 🍷 Pendant ce temps, coupez les courgettes (préalablement lavées) à l'aide du couteau à julienne dans le sens de la longueur. Ne pas couper jusqu'au centre de la courgette, dès que vous sentez les pépins tournez la courgette, et recommencer l'opération jusqu'à ce qu'il ne reste plus que le centre avec les pépins. Réservez les spaghettis de courgettes et jetez le reste.
 - 🍷 Préparer la sauce : mélanger la boîte de fromage frais à l'ail et aux fines herbes avec le pot de fromage blanc ainsi que deux bonnes cuillerées de pesto, et le zeste du citron. Ajoutez du sel et du poivre, goûtez pour rectifier l'assaisonnement.
 - 🍷 Mettez les courgettes dans l'eau bouillante pendant 3 à 5 minutes les courgettes doivent être encore légèrement croquantes (à surveillez).
 - 🍷 Lorsqu'elles sont cuites, égouttez-les.
 - 🍷 Mélangez les courgettes et la sauce et servez.
- 🍷 Pour présenter le plat d'une manière plus raffinée vous pouvez servir les spaghettis dans des assiettes et y poser une grosse quenelle de sauce par-dessus (voir photos).

(*) Il existe du pesto tout près que l'on trouve en général avec les sauces tomates pour les pâtes sinon vous pouvez le faire vous-même :

Recette du pesto (rapide)

70g de basilic environ 70 g

35 g de pignons

1 gousse d'ail

125 ml d'huile d'olive

60 g de parmesan râpé

sel, poivre

Mettez tout dans un mixer et hachez jusqu'à ce que le mélange soit lisse.

Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.