



Avec les Caritas Buttek,

Cuisinons de bons petits plats.



Penne au saumon et brocoli

Réalisation :

Difficulté : Facile

Préparation : 15 minutes

Coût : €€

Cuisson : 15 minutes



Ingrédients pour 4 personnes :

- 500 gr de penne*
 - 500gr brocoli découpé en petits bouquets *
 - 500 gr de saumon*
 - 750 ml de lait*
 - 80 gr de farine*
 - Le zeste d'un citron*
 - Poivre et sel*
- Aliments disponibles dans les Caritas Buttek

Préparation

- Faites cuire **le saumon** à la poêle et mettez-le de côté.
 - Dans une casserole d'eau bouillante, faites cuire les pennes.
 - Ajoutez les petits bouquets de brocoli 2 à 3 minutes avant la fin de cuisson des pâtes.
 - Egouttez les pennes et le brocoli.
 - Pendant la cuisson des pâtes, mélanger dans un bol le **lait**, la **farine**, le zeste de citron, le poivre et le sel.
- Allergènes : 7 : lait 1 : farine 4 : poisson

Bon appétit !



Avec les Caritas Buttek,

Cuisinons de bons petits plats.

