

Gnocchis aux asperges et à la fêta

INSTRUCTIONS : pour deux personnes, cette recette met 35 minutes à être préparée et ça vaut le coup ! Elle est très estivale, légère et elle utilise des gnocchis, féculent pas fréquemment utilisé mais qui a sa place dans les repas et qui permet de varier vos menus. Vous pouvez les trouver en grande surface ou les faire vous-même.



Instructions

1. Dans une grande casserole, faites bouillir de l'eau avec le cube bouillon de légumes. Découpez le pied des asperges et faites-les cuire pendant 5 à 7 minutes, réservez-les et conservez 50 ml d'eau de cuisson.
2. Emincez une gousse d'ail en petits morceaux, découpez en deux les tomates cerises et en petits morceaux la fêta et la courgette.
3. Découpez les pointes d'asperges et réservez-les. Découpez le reste des asperges en petits morceaux et prenez en un quart pour les mettre dans le blender avec une gousse d'ail coupée en deux.
4. Pour la sauce : mixez les asperges avec l'ail et l'eau de cuisson et réservez la préparation. Pendant ce temps : faites revenir les courgettes avec l'huile d'olive et l'ail émincé et réservez-les avec les asperges (pas les pointes).
5. Dans une grande casserole, faites bouillir de l'eau salée pour y faire cuire les gnocchis. Une fois qu'ils remontent à la surface, égouttez-les.
6. Dans une poêle bien chaude, faites roussir les gnocchis puis ajoutez les asperges (pas les pointes), la fêta (conservez en un petit peu pour la déco), les tomates cerises, la sauce, le sel et poivre.
7. Faites cuire à sec les pignons de pin dans une poêle.
8. Dressez votre assiette avec la préparation, la feta, les pointes d'asperges, les pignons de pin et les feuilles de basilic.

Liste des courses

Ingrédients	Quantité
Gnocchis	300g
Asperges	500g
Courgette	1
Tomates cerises	10
Feta	150g
Pignons de pin	20g
Cube bouillon de légumes	1
Huile d'olive	1 ces
Gousses d'ail	2
Epices : sel, poivre et feuilles de basilic	