

## Pâtes à la sauce «italia»

Généralement, pour les recettes salées, j'essaie de proposer des recettes faciles et/ou rapides à faire au quotidien.

Là, il s'agit d'une recette pas simple, et pas rapide.  
Naaan, fuyez pas.

Si je la propose, ce n'est pas pour rien... Tsss...

J'ai trouvé cette recette dans un livre de cuisine de ma mère.  
Il s'agit d'une recette de pâtes servies avec une sauce à base de légumes (dominance tomates).

La 1er fois que je l'ai faite, elle était tellement chia\*\*e à faire, que je me suis dit « plus jamais ».

Puis, une fois la première bouchée avalée, je me suis dit : « M'en fous, j'la referai, elle est extra ! »

En fait, c'est la sauce qui fait tout...

Vous avez déjà pris, dans un BON restaurant italien, des pâtes avec une sauce tomate ?

Ben, cette recette m'y fait penser :)



### Ingrédients : (pour 1 personne)

- 80 gr de spaghettis bio au blé complet
- 2 petites tomates (ou 1 grosse)
- 1 petit oignon
- 1 petite gousse d'ail
- 1 pincée de basilic séché
- 1 c. à c. d'huile d'olive
- 1 c. à c. bien bombée de concentré de tomates
- 1 c. à c. de vinaigre balsamic
- 1/2 cube de bouillon de légumes genre Knorr (bouillon de volaille dégraissé pour moi) dilué dans 1 grand verre d'eau bouillante

### Préparation :

1. Plongez vos tomates dans l'eau bouillante durant environ 1 minute.
2. Coupez vos tomates en 4. Enlevez les « bouts » (*je ne sais pas comment ca s'appelle, cf photo*).
3. Pelez les tomates.
4. Retirez les graines des tomates, puis découpez vos tomates en dés.
5. Pelez vos oignons, coupez les en 2.
6. Détachez la tige tendre (le coeur) de l'oignon. Découpez-le en rondelles. Réservez pour plus tard.
7. Découpez en dés le reste de votre oignon.
8. Epluchez et hachez le plus finement possible votre morceau d'ail.
9. Dans une poêle : versez la c. à c. d'huile d'olive, et faites revenir les dés d'oignon + l'ail haché.
10. Au bout de 5 min, ajoutez les dés de tomates. Remuez.
11. Ajoutez : le concentré de tomates, le vinaigre balsamic, puis 5 cl de bouillon de légumes (*volaille dégraissé pour moi*) (*désolée, pas de photos*), et le basilic.  
Remuez entre chaque ajout.
12. Laissez mijoter à feu très doux durant environ 10 min.
13. Faites cuire les pâtes pendant ce temps.
14. Lorsque les pâtes sont cuites : versez les dans votre assiette.
15. Versez la sauce sur les pâtes. Déposez la tige tendre de l'oignon (le coeur) découpé en rondelles au sommet.

J'adore cette recette.

Elle est assez longue à préparer, et nécessite plein d'ingrédients en petites quantités, mais vraiment... Hum...