

## Recettes

### Nouilles aux crevettes avec sauce et feta NO YOLKS®

Produit :	Nouilles boulettes de pâte NO YOLKS®
Temps de préparation :	20 minutes
Portions :	4

Ce plat simple, mais élégant, peut être servi avec une salade verte pour compléter le repas.

#### Ingrédients

- 4 tasses (1 l) de nouilles boulettes NO YOLKS®
- 1 pot de Sauce pour Pâtes Moisson Santé® Tomate et fines herbes
- 1/4 de tasse (50 ml) de tomates séchées, tranchées
- 1/2 tasse (125 ml) de vin blanc (facultatif)
- 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron (au goût)
- 1 c. à thé (5 ml) de zeste de citron finement râpé (facultatif)
- 1/2 c. à thé (2 ml) de feuilles d'origan séchées
- 1/2 lb (250 g) de crevettes crues congelées décortiquées et déveinées, décongelées (environ 24 grosses crevettes)
- Poivre noir fraîchement moulu
- 1/4 de tasse (50 ml) de fromage feta, émietté
- Percil frais haché (facultatif)

#### Préparation

1. Préparer les nouilles selon les indications de l'emballage.
2. Pendant ce temps, porter à faible ébullition la sauce, les tomates séchées, le vin (si désiré), le jus de citron, les zestes de citron (si désiré) et l'origan dans une grande casserole à feu moyen. Ajouter les crevettes et cuire de 3 à 4 minutes ou jusqu'à ce qu'elles deviennent roses. Assaisonner au goût avec du poivre.
3. Servir le mélange de crevettes sur les nouilles chaudes. Garnir chaque portion avec du fromage feta et du persil.

\* Moisson Santé® est une marque de commerce déposée de La Corporation d'Aliments Ronzoni du Canada



#### Valeur nutritive par portion

Calories	374
Lipides	7 g
Gras saturé	2 g
Cholestérol	73 mg
Sodium	898 mg
Glucides	55 g
Fibres	5 g
Sucres	13 g
Protéines	19 g

Excellente source de thiamine, de folate et de vitamine B12.  
Bonne source de niacine.

#### Trucs

- Remplacez les nouilles boulettes par des nouilles extra larges ou des nouilles larges NO YOLKS®.
- Ajoutez une pincée de choux frisés, d'épinards ou de roquettes dans la casserole pour un supplément d'éléments nutritifs.

→ Pour rehausser la saveur, ajoutez des flocons de piments forts ou de la sauce piquante, au goût.

**NO YOLKS**

®/MC MARQUE DÉPOSÉE ET MARQUES DE COMMERCE UTILISÉES  
SOUS LICENSE PAR LA CORPORATION D'ALIMENTS RONZONI DU CANADA

