

## Rotini au brocoli



### INGRÉDIENTS

500g (1lb) de Rotini Petaccia

400g (3 tasses) de brocoli,  
découpé en bouquets et tiges

20ml (4 c. à thé) d'huile d'olive

2 gousses d'ail émincées ou pressées

6g (2 c. à soupe) de fromage  
parmesan

Poivre au goût

Sel (facultatif)

### PRÉPARATION

**1)** Verser 4 litres d'eau dans une grande casserole ou marmite et mettre sur un feu vif. Préparer les brocolis en les lavant et en séparant les bouquets. Retirer la partie fibreuse des tiges en les pelant et couper les en petits morceaux. Faire blanchir et égoutter les brocolis.

**2)** Ajouter du sel et les rotini dans l'eau bouillante et mélanger. Faire cuire jusqu'à ce que les pâtes soit al dente.

**3)** Pendant que les pâtes cuisent, chauffer l'huile dans une sauteuse à feu moyen. Y faire revenir l'ail en brassant 1-2 min jusqu'à ce qu'il soit attendri. Ne pas faire brûler l'ail. Ajouter les brocolis et le poivre.

**4)** Dès que les pâtes sont prêtes, les verser et les égoutter. Bien mélanger avec l'assaisonnement. Ajouter le parmesan râpé.

**5)** Si désiré, vous pouvez ajouter des pois verts et des champignons.

**6)** Servir immédiatement.

## Rotini with Broccoli



### INGREDIENTS

500g (1lb) Petaccia Rotini

400g (3 cup) broccoli, cut into florets

20ml (4 tsp) Olive oil

2 cloves garlic, minced or pressed

6g (2 tbsp) Parmesan cheese, grated

Freshly ground black pepper

Salt (optional)

### PREPARATION

- 1)** Bring a large pan of water to the boil. Prepare the broccoli by cleaning it and cutting off the florets. Remove any tough skin of the stalks by peeling them and then, cut the stalks into small pieces. Blanch and drain the broccoli. Keep them warm.
- 2)** Add salt and the rotini to the boiling water, and cook until it is al dente.
- 3)** While the pasta is cooking, in a skillet, heat the oil over medium heat. Gently sauté the garlic for 1-2 min, with stirring, until soft without letting it burn. Add the drained broccoli and pepper.
- 4)** As soon as the pasta is done, drain it quickly, and mix it with the seasoned broccoli. Adjust the seasoning and add the parmesan.
- 5)** If desired, add green peas and mushrooms
- 6)** Serve immediately.